



Poêlée de champignons sauvages au sirop de merisier

INGREDIENTS

10 gr Échalote française, ciselée finement
50 gr Champignons, mélange forestier réhydraté) ou frais
50ml Vin blanc
50ML Fond de veau
1 C. à table sirop de merisier
ESCUMINAC
Au goût :Sel et poivre

PREPARATION

- /01. Faire revenir l'échalote française sans coloration dans une noix de beurre.
- /02. Ajouter les champignons et faire suer.
- /03. Dégraisser et déglacer au vin blanc et laisser réduire de moitié.
- /04. Mouiller au fond de veau, laisser mijoter doucement.
- /05. Laisser réduire le fond de veau de moitié environ.
- /06 Finir la sauce en ajoutant le sirop de merisier.
- /07. Laisser cuire environ 2 minutes.
- /08.Vérifier l'assaisonnement en ajoutant sel et poivre.
- /09.Rajouter des asperges ou du cellérier au besoin



ESCUMINAC

SIROP DE MERISIER BIOLOGIQUE

BAIE-DES-CHALEURS, QUÉBEC

Ce sucre naturel a des propriétés insoupçonnées, il contient des polyphénols (antioxydants) et des minéraux naturels. Les composés phénoliques extraits de la sève et du sirop d'érable ont une activité antioxydante ainsi qu'un potentiel antimutagène.

Le sirop d'érable contient en moyenne 35 et 21 mg/cu à table de potassium et calcium respectivement. Aussi on retrouve du fer, phosphore, manganèse et magnésium. Que du bon! **ESCUMINAC.COM**