

Champignons Stroganoff



Ingrédients

- 1 oignon rouge
- 2 gousses d'ail
- huile d'olive ou Alpro cuire et rôtir
- 500 g de champignons bruns / ou mix de champignons
- 250 g Alpro alternatif végétale au yaourt Nature
- 2 cs de moutarde fort
- sel et poivre
- un demi-bouquet de persil plat

Méthode

1. Pelez les oignons et coupez-les en morceaux. Pelez et écrasez l'ail. Nettoyer les champignons et hacher le persil en gros morceaux.
2. Chauffer l'huile d'olive ou la margarine dans une casserole à feu doux et faire revenir les oignons et l'ail pendant environ 5 minutes, ils ne peuvent pas bruner .
3. Ajouter les champignons et cuire environ 10 minutes, jusqu'à ce que les champignons soient tendres.
4. Ajoutez le yaourt et la moutarde et assaisonnez avec du sel et du poivre.

Laisser reposer encore 5 minutes à feu doux et saupoudrer le persil sur le plat.

Bon appétit!

5. Servir avec du riz ou des pâtes.

Cette recette est de ALPRO

© ChefsproVeggie

info@chefsproveggie.be