CHAMPIGNONS FARCIS AUX PACANES ET PARMESAN

Très tendances, les champignons représentent l'une des meilleures sources durables de protéines végétales que l'on puisse trouver et conviendront à merveille à cette entrée végétarienne. Les saveurs terreuses et charnues de ce plat seront encore plus appréciées avec notre vin LE22 Cabernet Sauvignon Merlot soyeux à souhait.

PRÉPARATION : 20 MIN **CUISSON : 20 MIN** **TEMPS REQUIS : 40 MIN** **DONNE : ENVIRON 24 CHAMPIGNONS FARCIS**

INGRÉDIENTS :

- 1/3 tasse de demi-pacanes
- 500 g (environ 24-27 de taillemoyenne) de champignons Cremini
- 2 c. à table de beurre
- 1 échalote hachée
- 2 gousses d'ail, râpées
- 1/2 c à thé de feuilles de thym séchées
- 1/2 tasse de chapelure panko nature
- 1/2 tasse de parmesan* frais finement râpé
- 3 c. à table de mayonnaise
- 1/4 c. à thé chacun de sel et de poivre (ou au goût)
- Persil haché

**Utiliser le côté fin d'une râpe à quatre côtés pour râper le parmesan.*

SERVIR AVEC : LE22 CABERNET SAUVIGNON MERLOT

PRÉPARATION :

Faire griller les pacanes à feu moyen dans une poêle de format moyen pendant 2 à 3 minutes, en remuant fréquemment ou jusqu'à ce qu'elles deviennent légèrement parfumées; transférer sur une planche à découper et hacher finement. Mettre de côté.

Préchauffer le four à 400 °F.

Retirer les pieds de 24 champignons; mettre les chapeaux de côté, hacher finement les tiges, ajouter des champignons supplémentaires (au besoin) pour obtenir environ 1 1/2 tasse.

Ajouter le beurre dans la poêle et remettre à feu moyen. Faire sauter les tiges hachées avec l'échalote, l'ail et le thym jusqu'à ce qu'elles soient tendres et que les liquides se soient évaporés. Laisser refroidir pendant 5 minutes; incorporer les pacanes hachées, la chapelure panko, le parmesan et la mayonnaise.

Assaisonner l'intérieur des champignons de sel et de poivre. Verser la garniture dans les cavités des champignons en formant un léger monticule.

Cuire les champignons farcis de 20 à 25 minutes ou jusqu'à ce que les champignons soient tendres et que la garniture soit dorée. Garnir de persil pour servir.

CONSEILS :

Si possible, optez pour l'achat de champignons en vrac et sélectionnez des champignons de taille uniforme.

Pour un plat principal végétarien pour deux, remplacer les champignons Cremini par 5 chapeaux de champignons portobello moyens. Utilisez une cuillère pour gratter et jeter les tiges ligneuses et les branchies noires des champignons. Hachez l'un des chapeaux de champignon pour l'utiliser dans la garniture. Cuire les portobellos farcis pendant 30 minutes ou jusqu'à ce que les champignons soient tendres et que la garniture soit dorée.