

BOUCHÉES AUX CREVETTES ET AUX CHAMPIGNONS

Ingrédients:

6 croûtes de bouchées¹
2 cuillerées à soupe d'huile
30 g de beurre
250 g de champignons, coupés en petits morceaux
250 g de crevettes, émincées si elles sont grosses
1 petit oignon, émincé
3 cuillerées à soupe de persil haché
1/2 cuillerée à café de sel
1/4 cuillerée à café de poivre

Sauce Béchamel

30 g de beurre
2 cuillerées à soupe de farine
1/4 l de lait chaud
250 g de fromage râpé²



Bouchées

Faire cuire les croûtes au four chaud comme indiqué sur le paquet. Les laisser refroidir et en vider l'intérieur en préservant le haut. On peut les remettre une heure dans le four éteint mais encore un peu chaud afin de bien sécher l'intérieur.

Farce

Chauffer l'huile et le beurre³ et faire sauter l'oignon avec le persil. Ajouter les champignons et faire cuire pendant 5-6 mn. Saler et poivrer. Ajouter les crevettes et faire cuire encore 4-5 mn jusqu'à ce que les crevettes soient bien roses.

Sauce Béchamel

Faire fondre le beurre dans une casserole. Ajouter la farine et faire cuire 1-2 mn jusqu'à ce que le mélange se détache des parois de la casserole. Délayer avec le lait chaud et fouetter jusqu'à ce que la sauce béchamel s'épaississe. Combiner la sauce chaude, les champignons et le fromage, et farcir les bouchées. Réchauffer les bouchées en les mettant au four moyen pendant 4-5 mn juste avant de les servir. Pour 6 personnes.

ACTIVITÉS

1. Imaginez d'autres farces que l'on pourrait mettre dans des bouchées.
2. Quelle viande ou quel fruit de mer pourrait-on substituer pour des crevettes?
3. Imaginez des desserts que l'on pourrait faire en remplissant des bouchées.
4. Quelles sont les différentes sortes de champignons que vous trouvez dans votre supermarché? Cherchez sur Internet les noms français.
5. Cherchez une recette pour les Bouchées à la reine. Comment est-ce qu'elle est différente de celle-ci?

Notes

¹ Vous pouvez acheter des croûtes de bouchées congelées. Une bonne pâte feuilletée est assez difficile à réaliser, mais si vous désirez, vous pouvez en préparer et découper les croûtes individuelles à l'aide d'un découpoir pour biscuits.

² Il faut utiliser de préférence un fromage qui fond facilement comme la tome ou la mozzarella.

³ Le beurre donne plus de goût mais brûle à une température relativement basse. L'ajout de l'huile permet de garder le goût du beurre tout en élevant la température de cuisson.