



Entrées chaudes aux légumes

Feuilles d'épinards farcies aux champignons des bois et girolles



2h40 **20 min** **20 min** **2h** **207**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

200 g **Epinard**
150 g **Girolle(s)**
150 g **Champignon(s) sauvage(s)**
0.5 verre(s) **Quinoa**
0.5 botte(s) **Persil plat**
1 Sel
1 Poivre
1 pincée(s) **Piment d'Espelette**
4 c. à soupe **Mascarpone**
1 c. à soupe **Beurre**
2 **Oignon(s) nouveau(x)**

Étape 1

Les étapes

- 1 Faire chauffer le four à 180°C (Th.6).
- 2 Faire cuire le quinoa dans dans une casserole d'eau salée. Egoutter et réserver.
- 3 Laver et ciseler le persil plat.
- 4 Laver et sécher les feuilles d'épinard.
- 5 Eplucher et hacher les oignons.
- 6 Laver et sécher les champignons.
- 7 Les faire suer dans le beurre.
- 8 Ajouter les champignons et faire cuire pendant 15 minutes.
- 9 Mélanger les champignons au quinoa, le persil plat et le mascarpone. Assaisonner avec le sel, le poivre et le piment d'Espelette.
- 10 Découper 4 feuilles de papier aluminium de 20x20 cm.
- 11 Sur chaque feuille d'aluminium, déposer environ 15 feuilles d'épinard, de manière à former un tapis.
- 12 Disposer la farce au centre et former des roulades.
- 13 Les rouler dans le papier aluminium et mettre au four

pour 20 minutes.

- 14 Les sortir du four et les laisser refroidir avant de dérouler.