

LE CÈPE

Aussi appelés bolets edulis.

Ce gros champignon charnu, qu'un enfant aurait pu dessiner, commence sa pousse de fin juin à début juillet, dans le massif jurassien. On le trouve principalement dans les forêts de feuillus composées de charmilles, de chênes et de hêtres. Il peut mesurer jusqu'à 25 cm de haut.

Faites très attention quand vous le cueillez : ses cousins et frères peuvent s'avérer toxiques pour l'humain !



Cèpes panés

4 personnes

Ingrédients

- 1 Kilo de cèpes frais
- 3 œufs entiers
- 100 g de chapelure de brioche
- Du sel du poivre
- De l'huile

1 - Tout d'abord, trancher les champignons frais en escalope d'un demi-centimètre d'épaisseur.

2 - Saler et poivrer sur chaque face.

3 - Dans une assiette creuse, casser les œufs et les battre à la fourchette.

4 - Tremper vos escalopes de champignons dans l'œuf puis dans la chapelure.

5 - Les frire rapidement dans de l'huile neutre à feu vif, environ une minute sur chaque face.

6 - Egoutter l'ensemble sur un papier absorbant et servir rapidement avec une salade verte.

