

## Salade de champignons à la sauce au fromage

### Ingrédients

Pour 4 personnes

300 g de champignons de couche blancs, frais  
150 g d'épinards en branches

Sauce:

1/2 cc de moutarde en poudre

2 cs de vinaigre de cidre

4 cs de crème acidulée

3 cs de lait

50 g de fromage de brebis à pâte dure de Lustdorf ou de tilsiter

1 cs de ciboulette finement ciselée

Sel, poivre blanc



### Préparation

1. Pour la sauce, délayer la moutarde en poudre dans le vinaigre. Incorporer la crème acidulée, le lait et le fromage rapé en mélangeant. Ajouter la ciboulette. Rectifier l'assaisonnement à l'aide de sel et de poivre.
2. Blanchir très brièvement les champignons dans de l'eau bouillante salée. Passer sous l'eau froide et escaloper en lamelles.
3. Laver et équeuter les épinards, puis les dresser en forme de couronne sur les assiettes. Garnir de champignons. Napper de sauce et parsemer de ciboulette.

### Valeurs nutritionnelles

Une portion contient: 277 kcal; protéines: 41 g; lipides: 10 g; glucides: 6 g.