

**Quenelles à la sauce champignons**

[](http://croquantfondantgourmand.com/wp-content/uploads/2020/02/quenelles-a-la-sauce-champignons-p1160129-r.jpg) **Pour 5 Croquants-Gourmands**

**- 5** [**quenelles**](https://recettes.de/quenelles) **(nature pour moi)**  
**-  500 g de** [**champignons de Paris**](https://recettes.de/champignons)  
**- 2 petites gousses d'ail**  
**- 250 ml de lait**  
**- 250 ml de crème liquide**  
**- 1 càs de Maïzena ®**  
**- sel & poivre du moulin**  
**-** [**noix de muscade**](https://recettes.de/muscade)  
**- Huile d'olive**

**1 plat à gratin  
Préchauffage du four à 180°C [Position four chaleur tournante _png](http://croquantfondantgourmand.com/wp-content/uploads/2014/01/Position-four-chaleur-tournante-_png.jpg)**

 Éplucher, dégermer et émincer finement l'ail.  
Nettoyer les champignons et les couper en 4 (ou plus s'ils sont gros).  
Les faire revenir dans une cuillerée d'huile chaude avec l'ail jusqu'à évaporation de l'eau de végétation.  
Pocher les quenelles pendant 15 minutes dans de l'eau frémissante.  
Les égoutter et les déposer dans le plat à gratin.  
Mélanger la Maïzena avec un peu de lait, puis rajouter le reste du lait et la crème.  
Verser le liquide sur les champignons, porter à ébullition puis laisser frémir pendant 10 minutes.  
Saler, poivrer et râper une bonne pincée de muscade.  
Verser la sauce sur les quenelles.  
Si le plat a été préparé à l'avance, préchauffer le four avant le repas.  
Enfourner les quenelles pour une vingtaine de minutes jusqu'à ce qu'elles soient gonflées et bien dorées.