

WELLINGTON DE SAUCISSE ET PLEUROTÉS

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



VALEURS NUTRITIVES PAR PORTION

740
CALORIES

18 g
PROTÉINES

67 g
GLUCIDES

46 g
MATIÈRES GRASSES

20
minutes
PRÉPARATION

30
minutes
CUISSON

4
PORTIONS

COUPES



Saucisse et saucisson

INGRÉDIENTS

4 de 4 oz	Saucisses tout porc	4 de 115 g
4 oz	Pleurotes	115 g
4	Longues piques de bois	4
2 c. à table	Huile de canola	30 ml
2	Feuilles de brick, coupées en deux	2
4 de 4 oz	Rectangles de pâte feuilletée	4 de 4 oz
1	Jaune d'œuf, battu	1
Au goût	Poivre du moulin	Au goût

MOUTARDE PARFUMÉE

1 tasse	Moutarde à l'ancienne	250 ml
12	Feuilles de sauge fraîche, ciselée	12

PRÉPARATION

1. Dans un bol, mélanger la moutarde et les feuilles de sauge. Réserver.
2. À l'aide d'un couteau du chef, hacher finement les pleurotes, les pieds retirés s'ils sont trop ligneux.
3. Dans une poêle chaude, à feu vif et sans corps gras, dessécher les champignons quelques minutes et réserver.
4. Traverser chaque saucisse d'une pique de bois, ainsi les saucisses resteront droites en fin de cuisson. Dans une poêle, à feu vif, chauffer l'huile et colorer les saucisses sur toutes les faces. Retirer du feu et retirer les piques de bois.
5. Disposer les demi-feuilles de brick sur la longueur, face à vous. Les badigeonner de moutarde parfumée, tout en réservant 3 cm (1 po) sans moutarde à une de leurs extrémités. Répartir dessus les champignons. Déposer les saucisses à la base des demi-feuilles de brick et les rouler.
6. Préchauffer le four, la grille au centre, à 210°C (410°F).
7. Disposer chaque roulé de saucisse sur un rectangle de pâte feuilletée. Rouler les Wellington en laissant les deux côtés du rouleau ouverts.
8. Sur une plaque chemisée d'un papier parchemin ou d'un tapis en silicone, déposer les 4 Wellington de saucisse. À l'aide d'un pinceau, les badigeonner de jaune d'œuf.
9. Laisser cuire au four 20 minutes, ou jusqu'à ce que la pâte soit dorée et croustillante. Servir avec la moutarde parfumée.