

Sauce aux champignons et maquereaux grillés

Pour la sauce aux champignons :

8 gros champignons non pelés

sauce Tamari 2 à 3 c à s

crème épaisse au choix (2 à 3 c à s, à vous de voir selon vos goûts)

Personnellement je me sers de mon couscoussier pour mes cuissons vapeur.

Chauffer de l'eau dans votre couscoussier, une fois qu'elle bouillonne, déposer les champignons dans le panier du couscoussier et laissez cuire environ 10 mn.

Sortir les champignons et les déposez dans un mixer, ajoutez 2 caïeux d'ail et mixez.

Versez la préparation dans un bol, assaisonnez de tamari, remuez, puis rajoutez la crème et remuez. Vérifiez l'assaisonnement soit au niveau du tamari ou de la crème.

Pour les maquereaux :

Videz puis lavez les poissons. Essuyez avec du papier absorbant.

Farcir les maquereaux avec des brins de thym et des morceaux de feuilles de laurier.

Badigeonnez les maquereaux de beurre fondu sur chaque côté et faites griller.

Servir le poisson avec la sauce aux champignons et des crudités au choix.