

[Entrées/vol au vent poulet champignons](#)

Nombre de personne
Durée de préparation
Difficulté 1

06
25 Minutes
Note

0/5 (0 vote)



1 oignon

1 gousse d'ail

Huile Elio

Sel,poivre, persil

1 boite de champignon

150g de blanc de poulet

6 vols au vent

Pour la béchamel:

1 l de lait

60 g de farine

Noix de muscade

60 g margarine Fleurial

Préparation

1. Dans une poêle, faire revenir l'oignon coupé finement avec l'ail et une cuillère à soupe d'huile Elio pendant 5 minutes.
2. Ajouter les champignons coupés en petits morceaux, puis ajouter les filets de poulets coupés en petits cubes.
3. Faire cuire à feu doux pendant 10 minutes
4. Faire fondre la margarine Fleurial dans une casserole. Ajoutez la farine et remuez puis versez le lait progressivement Assaisonnez de sel, poivre et muscade râpée.
5. Ajouter la béchamel, mélanger, ajouter le persil ciselé, préchauffer vos vols au vents 5 minutes au four puis les garnir.
6. Enfournerez 10 minutes à four