

PÂTES À LA SAUCE BLANCHE

*250g de pâtes
3 c. à s. d'huile d'arachide
5 c. à s. de farine
250ml de lait de soja non sucré
250ml de bouillon végétal
50g de levure maltée en paillettes
sel - poivre - muscade
200g de champignons de Paris en lamelles
1 c. à s. d'huile d'olive*

Cuire les pâtes selon les instructions du sachet. Faire rissoler les champignons dans l'huile d'olive pendant 10 minutes. Chauffer l'huile d'arachide dans une casserole, ajouter la farine, faire un roux et laisser cuire quelques instants. Hors du feu, verser le lait de soja et fouetter énergiquement. Remettre sur feu doux en tournant constamment, et ajouter le bouillon de légumes petit à petit. Incorporer les champignons, et servir la sauce sur les pâtes.