

PAINS PERDUS FORESTIÈRE

*4 tranches de pain au levain
1,5dl de lait de soja non sucré
sel - poivre - curry
sauce de soja
250g de champignons de Paris en lamelles
2dl d'eau
1 c. à s. de farine
2 c. à s. d'huile d'olive*

Faire rissoler les champignons dans 1 c. à s. d'huile d'olive pendant quelques minutes et déglacer avec 1 c. à s. de sauce de soja. Ajouter la farine et remuez pour que les champignons soient bien enrobés. Verser ensuite l'eau et porter à ébullition en remuant. Saler, poivrer et réserver. Faire chauffer le reste de l'huile dans une poêle. Tremper les tranches de pain dans le lait de soja, additionné d'1 c. à s. de sauce de soja, de poivre et de curry. Les faire dorer ensuite dans la poêle, 5 minutes de chaque côté. Servir les pains perdus, surmontés de la sauce aux champignons.