

# Le secret d'une poêlée de shiitakes à l'ail et au gingembre réussie

---

## Préparation optimale

- Nettoyez les shiitakes avec un brossage léger ou un linge humide ; ne jamais les faire tremper pour éviter qu'ils ne se gorgent d'eau.
- Retirez systématiquement le pied des champignons, car il est souvent fibreux et coriace.
- Tranchez les chapeaux en lamelles régulières d'environ 0,5 à 1 cm d'épaisseur pour garantir une cuisson uniforme.

## Conseils de conservation

- Conservez vos shiitakes jusqu'à 5 jours au réfrigérateur.
- Utilisez un sachet en papier pour les stocker dans le bac à légumes afin de les laisser respirer.

## La méthode de cuisson parfaite

- Utilisez un feu vif pour favoriser la réaction de Maillard et éviter que les champignons ne rendent trop d'eau.
- Ne surchargez pas la poêle : laissez de l'espace entre les lamelles pour permettre une caramélisation optimale.
- Comptez une durée de cuisson totale de 5 à 7 minutes à feu vif.

## Assaisonnement et finitions

- Ajoutez l'ail et le gingembre hachés uniquement 1 à 2 minutes avant la fin de la cuisson pour éviter qu'ils ne brûlent et deviennent amers.
- Salez votre préparation uniquement en toute fin de cuisson pour éviter que le sel ne fasse sortir l'eau des champignons et ne les fasse bouillir au lieu de les griller.