

Fricassée de courgettes et champignons au citron



(Pour 4)

*600 g de petits champignons de Paris
3 courgettes
1 oignon
1 bouquet de ciboulette
1 citron
20 cl de crème liquide allégée
4 cs d'huile d'olive
sel, poivre*

Lavez les courgettes, retirez les extrémités et coupez-les en rondelles. Nettoyez les champignons et coupez-les en 4. Ciselez la ciboulette. Râpez le zeste du citron. Faites suer 5 minutes dans une sauteuse l'oignon hâché dans l'huile d'olive. Ajoutez les courgettes et les champignons, assaisonnez. Faites sauter les légumes 12 à 15 minutes sur feu vif. Versez la crème avec le zeste du citron. Portez à ébullition et laissez mijoter 3 à 4 minutes. Rectifiez l'assaisonnement. Servez en saupoudrant de ciboulette.