

# Guide de préparation et recette : La Clavaire Jaune

---

## Précautions importantes

- Identification : Assurez-vous de l'identification formelle par un expert ou un guide mycologique avant consommation.
- Fraîcheur : Utilisez uniquement des spécimens jeunes, fermes et exempts de parasites.
- Toxicité : Ne jamais consommer la clavaire jaune crue, car elle peut provoquer des troubles digestifs sévères.
- Cuisson : Une cuisson complète est indispensable pour neutraliser les composés irritants.

## Nettoyage et préparation

- Coupez la base terreuse et les parties abîmées avec un couteau.
- Passez les champignons sous un filet d'eau froide pour déloger les débris coincés dans les ramifications.
- Épongez délicatement avec un torchon propre ou du papier absorbant.
- Découpez en morceaux de taille homogène pour une cuisson uniforme.

## Ingrédients (pour 4 personnes)

- 500g de clavaires jaunes fraîches
- 2 gousses d'ail finement hachées
- 2 cuillères à soupe de beurre demi-sel
- 10cl de crème fraîche épaisse
- 1 bouquet de persil plat ciselé
- Sel et poivre du moulin

## Étapes de cuisson

- Faites dégorger les champignons à sec dans une poêle chaude à feu moyen pour éliminer l'excès d'eau.
- Une fois l'eau évaporée, ajoutez le beurre et faites revenir les champignons pendant 10 minutes jusqu'à légère coloration.
- Ajoutez l'ail haché et poursuivez la cuisson pendant 2 minutes en remuant régulièrement.
- Versez la crème fraîche, salez et poivrez, puis laissez réduire à feu doux pendant 3 minutes.
- Saupoudrez de persil frais avant de servir chaud, idéalement accompagné de pâtes fraîches ou d'une tranche de pain grillé.