

Apéritifs et entrées
Velouté d'asperges



20 min	10 min	10 min	0	59
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISON	REPOS	CALORIES

Ingrédients
 pour **4** personnes

**Ingrédients pour le
 velouté d'asperges**

1 kg **Asperge(s) verte(s)**
 1 **Fleur de sel**
 1 **Piment d'Espelette**
 1 **Glaçon(s)**

Étape 1

Préparation du velouté d'asperges

- 1 Mettre un grand volume d'eau salée à chauffer.
- 2 Pendant ce temps, couper l'extrémité basse et fibreuse des asperges.
- 3 Plonger les asperges dans l'eau bouillante, les cuire pendant 5 à 10 minutes. Vérifier la cuisson avec la pointe d'un couteau : celle-ci doit s'enfoncer facilement.
- 4 Une fois cuites et bien tendres, prélever les asperges à l'aide d'une écumoire, les plonger dans un saladier rempli d'eau froide et de glaçons. Puis les sortir au bout de quelques secondes.
- 5 Retirer les asperges de l'eau avec une écumoire et les réserver sur une assiette.
- 6 Déposer les asperges dans un mixeur avec un peu d'eau.
- 7 Fermer le mixeur et le mettre en route pour environ une minute. Le mélange doit être bien lisse.
- 8 Assaisonner le velouté avec du sel et du piment d'Espelette. Refermer et mixer brièvement.