



Entrées chaudes aux légumes Asperges rôties au parmesan



276

35 min 15 min 20 min 0

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Préparation des asperges rôties au parmesan

- Préchauffer le four à 200°C (Th.6-7).
- Préparer les asperges. Les placer dans le plat.
- Détailler le parmesan en copeaux à l'aide d'un économe. Eplucher et émincer finement l'échalote. Emincer les
- 4 Effeuiller et ciseler le basilic.
- Mélanger l'huile d'olive avec l'échalote, les olives et le basilic. Verser ce mélange sur les asperges, puis les rouler dedans pour bien les enrober.
- Faire cuire pendant environ 20 minutes jusqu'à ce que les asperges soient légèrement grillées et tendres.

Ingrédients pour 4 personnes

Ingrédients pour les pointes d'asperges

- 20 Asperge(s) verte(s)
- 1 Echalote(s)
- 12 Olives noires
- 1 c. à soupe Basilic
- 5 c. à soupe Huile d'olive
- 1 Sel
- 1 Poivre

Ingrédients pour le dressage

40 g **Parmesan**

Étape 2

Dressage

A la sortie du four, parsemer de copeaux de parmesan. Servir bien chaud.