



Entrées chaudes aux légumes

# Asperges rôties au parmesan



**35 min** 15 min 20 min **0** **276**  
TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

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 1

Préparation des asperges rôties au parmesan

- 1 Préchauffer le four à 200°C (Th.6-7).
- 2 Préparer les asperges. Les placer dans le plat.
- 3 Détailler le parmesan en copeaux à l'aide d'un économe. Eplucher et émincer finement l'échalote. Emincer les olives.
- 4 Effeuilleter et ciseler le basilic.
- 5 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.
- 6 Faire cuire pendant environ 20 minutes jusqu'à ce que les asperges soient légèrement grillées et tendres.

## Étape 2

Dressage

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