



Verrines

Panna cotta salée à l'asperge et au parmesan



4h30

TEMPS TOTAL

30 min

PRÉPARATION

0

CUISSON

4h

REPOS

206

CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

200 g **Asperge(s) verte(s)**

200 ml **Crème liquide (fleurette)**

30 g **Parmesan**

6 g **Feuille de gélatine**

1 c. à café **Sel**

1 **Poivre**

Étape 1

Cuisson des asperges

- 1 Porter une casserole d'eau à ébullition.
- 2 Préparer et cuire les asperges.
- 3 Egoutter les asperges au-dessus d'un saladier (pour conserver le jus).
- 4 Mettre quelques pointes d'asperges de côté pour la décoration.

Étape 2

Préparation de la panna cotta

- 1 Faire tremper les feuilles de gélatine dans un bol rempli d'eau froide.
- 2 Mettre 100ml de jus de cuisson des asperges dans un mixeur.
- 3 Ajouter les asperges, la crème fluide, le parmesan, le sel et le poivre. Mixer pour obtenir un velouté. Goûter et rectifier l'assaisonnement si nécessaire.
- 4 Faire chauffer doucement le velouté. Lorsqu'il fume, éteindre le feu.

- 5 Presser les feuilles de gélatine entre les mains et les ajouter à la crème d'asperge encore chaude. Bien mélanger.
- 6 Il est possible d'utiliser de l'agar-agar, dans ce cas, l'ajouter dans la crème d'asperges et porter ce mélange à ébullition pendant 30 secondes.

Étape 3

Dressage

- 1 Verser le liquide dans 4 verrines et placer au réfrigérateur au moins 4 heures.
- 2 Décorer avec les pointes d'asperges et servir.