

Entrées chaudes aux légumes

Asperges blanches, crème fraîche au vinaigre de framboises



40 min 30 min 10 min

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISON

0

REPOS

136

CALORIES

Étape 1

Préparation des asperges

- 1 Casser le "bois" des asperges, l'extrémité basse.
- 2 Eplucher les asperges à l'économe.
- 3 Tailler proprement l'extrémité cassée, les rincer à l'eau claire et les réserver.

Étape 2

Cuisson des asperges

- 1 Dans une poêle, déposer les asperges, ajouter de l'eau à mi hauteur, saler et faire chauffer sur feu vif.
- 2 Quand l'eau frémit, couvrir les asperges avec un couvercle ou une feuille d'aluminium. Laisser cuire pendant 6 à 7 minutes.
- 3 Vérifier la cuisson des asperges avec la pointe d'un couteau. Ajouter un peu d'eau et couvrir à nouveau si elles sont encore croquantes.
- 4 Quand les asperges sont tendres, les débarrasser dans une assiette.

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les asperges

12 **Asperge(s) blanche(s)**
100 g **Framboise**
80 g **Salade(s)**
4 **Gaufrette**

Ingrédients pour la crème au vinaigre de framboise

4 c. à soupe **Crème
fraîche épaisse**
1 c. à soupe **Vinaigre de
Framboise**
1 **Fleur de sel**
1 **Poivre**

Étape 3

Dressage

- 1** Dans un bol, mettre la crème fraîche et le vinaigre de framboise. Saler, Poivrer, bien mélanger.
- 2** Déposer les asperges dans l'assiette de dressage. Ajouter une cuillère de crème sur le côté.
- 3** Décorer en passant rapidement une cuillère dans la crème le long de l'assiette, ajouter quelques framboises fraîches.
- 4** Déposer des biscuits feuilletés à la framboise sur les asperges. Ajouter quelques feuilles de salade sur les biscuits. Saler à la fleur de sel, poivrer.