

Entrées chaudes aux légumes

Asperges vertes à la mayonnaise mousseline



26 min **20 min** **6 min** **0** **104**
TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

800 g **Asperge(s) verte(s)**
 2 unité(s) entière(s)
Oeuf(s) entier(s)
 1 c. à soupe **Moutarde**
 1 **Huile de pépins de raisins**
 1 **Piment d'Espelette**
 1 **Sel**

Étape 1

Préparation des asperges

- 1 A l'aide d'un économe, éplucher la queue des asperges.
- 2 Tailler l'extrémité un peu sèche de la queue des asperges. Réserver.

Étape 2

Cuisson des asperges

- 1 Porter une grande casserole d'eau salée à ébullition.
- 2 Plonger les asperges dans l'eau bouillante.
- 3 Ne pas cuire les asperges à couvert car cela atténuerait l'éclat de leur vert.
- 4 Planter un couteau dans la tête de l'asperge pour vérifier sa cuisson. Il doit s'enfoncer facilement.
- 5 A l'aide d'une écumoire, retirer les asperges de la casserole et les faire tremper dans une eau glacée pour arrêter la cuisson et fixer la chlorophylle.
- 6 Égoutter et réserver dans une assiette.
- 7 Ne pas laisser les asperges trop longtemps dans l'eau glacée pour ne pas les gorger d'eau.

Étape 3

Préparation de la sauce

- 1 Clarifier les œufs et réserver les blancs et les jaunes dans des récipients différents.
- 2 Réserver les jaunes et battre les blancs en neige.
- 3 Les blancs sont en neige ferme lorsqu'ils restent collés au plat quand on le retourne.
- 4 Ajouter la moutarde aux jaunes d'œufs.
- 5 Verser le piment d'Espelette.
- 6 Assaisonner de fleur de sel et bien mélanger au fouet.
- 7 Verser l'huile progressivement et par petites doses dans le saladier tout en fouettant énergiquement. Le mélange doit prendre une consistance assez ferme.
- 8 Pour vérifier la consistance de la mayonnaise, procéder de la même façon que pour les blancs en neige: retourner le récipient et s'assurer que la mayonnaise ne tombe pas.
- 9 A l'aide d'une maryse, incorporer délicatement les blancs en neige à la mayonnaise.
- 10 Conserver la sauce au réfrigérateur.

Étape 4

Dressage

- 1 Couper les asperges en deux.
- 2 Garder les queues pour, par exemple, réaliser une salade d'asperges: tailler les queues d'asperges en rondelles et les mettre dans un saladier avec des feuilles de persil plat entières.
- 3 Disposer les pointes d'asperges dans une assiette accompagnées d'un petit ramequin de mousseline.
- 4 Parsemer d'un peu de salade d'asperges.