

Légumes variés

Asperges vertes, gremolata, mousseline a la fleur de sureau


50 min 30 min 20 min

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

0

REPOS

710

CALORIES

Étape 1

Préparation des asperges

- 1 Tailler les asperges à la base.
- 2 La base de l'asperge peut être utilisée pour la confection d'un soupe.
- 3 A l'aide d'un couteau ou d'un économe, éplucher l'asperge.
- 4 Avec l'économe, affiner la base de l'asperge afin de rendre la cuisson homogène entre la tête et le pied.

Étape 2

Préparation de la mousseline

- 1 Eplucher et ciseler finement l'échalote.
- 2 Mettre l'échalote dans une casserole. Ajouter les fleurs de sureau sans les branches.
- 3 Ajouter le vin blanc et le vinaigre de xérès. Laisser réduire sur feu moyen.
- 4 Séparer les blancs d'oeuf des jaunes.
- 5 Verser la crème bien froide dans un saladier et fouetter pour la faire monter.

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la gremolata

50 g **Chapelure**
100 g **Amande(s) en poudre**
1 c. à soupe **Zeste(s) d'orange**
30 g **Parmesan**
1 c. à soupe **Huile d'olive**
1 pincée(s) **Sel**

Ingrédients pour la mousseline

2 dl **Crème liquide (fleurette)**
2 dl **Vin blanc**
1 dl **Vinaigre de Xérès**
1 **Echalote(s)**
2 unité(s) entière(s) **Jaune(s) d'oeuf**
100 ml **Beurre clarifié (ghee)**
100 g **Fleur(s) alimentaire(s)**

- 6 Réserver au frais.
- 7 Lorsque le liquide de la casserole est presque totalement réduit, retirer du feu et ajouter les jaunes d'oeuf et fouettant.
- 8 Remettre sur feu doux et fouetter pour faire monter la préparation.
- 9 Verser le beurre clarifié doucement tout en fouettant pour faire monter la sauce en mayonnaise.
- 10 Réserver dans un saladier et réserver au frais.

Ingrédients pour les asperges

12 Asperge(s) verte(s)

Étape 3

Préparation de la gremolata

- 1 Verser dans un saladier la chapelure, la poudre d'amandes et le parmesan.
- 2 Si vous avez le temps, prélever le zeste de l'orange avec un économe et saupoudrer de sel. Laisser agir pendant 30 minutes pour les sécher.
- 3 Sinon, râper le zeste de l'orange à l'aide d'une râpe. Mélanger
- 4 Sortir la mousseline du frais et la mélanger avec la crème fouettée.
- 5 Ajouter un peu de fleur de sureau. Mélanger délicatement à l'aide d'une maryse.
- 6 Remettre la préparation au frais.

Étape 4

Préparation des asperges

- 1 Mettre un peu d'eau dans une poêle. Ajouter du sel et de l'huile d'olive.
- 2 Mettre les asperges dans l'eau bouillante et cuire environ 8 minutes.
- 3 Vérifier la cuisson de l'asperge avec la pointe d'un couteau.

Étape 5

Dressage

- 1 Mettre les asperges dans un plat ou une assiette.
- 2 Saupoudrer de gremolata.
- 3 Réaliser des quenelles de mousseline et disposer sur les asperges.
- 4 Parsemer de fleur de sureau.