



cette recette vous est proposée par **GÉRARD DEHAYE**
www.gerard-dehaye.com

L'art d'un Chef



RECETTE

DES ASPERGES À BOIRE



Ingédients pour 4 personnes :

- 180g d'asperges
- 20g d'épinards
- 7cl huile de colza
- 10g de mie de pain
- De la glace pilée
- 15cl d'eau de cuisson des asperges
- Sel et poivre
- Crème liquide
- Ciboulette ou autre herbe parfumée

- *Cuire les asperges à l'anglaise dans de l'eau bouillante salée*
- *Griller la mie de pain à l'huile de colza*
- *Couper les asperges cuites en tronçons 1cm*
- *Dans le bol d'un mixeur, mettre les tronçons d'asperges cuites, les épinards, l'huile et la mie de pain grillée*
- *Mixer et ajouter peu à peu l'eau de cuisson des asperges et la glace*
- *Passer au tamis et ajuster l'assaisonnement et réserver au frais*
- *Fouetter légèrement la crème*
- *Servir avec la crème fouettée et décorer d'une herbe fraîche*

Bon appétit !

Vin
conseillé :
CRÉMANT