

Flan et salade d'asperges vertes

APERÇU

MOIS

avril, mai, juin



QUANTITÉ

Entrée pour 4 personnes

INGRÉDIENTS

beurre pour les ramequins

FLAN AUX ASPERGES:

200 g de pointes d'asperges vertes

20 g de beurre

sel, poivre du moulin

1 pincée de sucre

un soupçon de noix de muscade

5 dl de crème entière

1 oeuf

2 jaunes d'oeufs

SALADE:

12 asperges vertes moyennes
1 cs de sucre
1/2 cs de sel
20 g de beurre

SAUCE:

2 cs de vinaigre de xérès
2 jaunes d'oeufs
0,5 dl de crème entière
sel, poivre, moutarde
2 cs d'huile de colza
pousses d'alfalfa et tomates-cerise

PRÉPARATION

1 Flan: couper finement les pointes d'asperge, les faire revenir dans le beurre. Assaisonner, incorporer la crème et cuire env. 10 min à couvert. Réduire en purée, incorporer l'oeuf et les jaunes d'oeufs. Passer au chinois et répartir dans 4 ramequins préalablement beurrés. Placer dans un plat à gratin et remplir celui-ci d'eau jusqu'au 3/4 de la hauteur des ramequins, couvrir de papier d'alu et cuire 30 min au four préchauffé à 160 °C.

2 Asperges: ôter 2 cm au pied des asperges. Les couper en deux. Porter à ébullition 1 bon litre d'eau salée et sucrée, ajouter le beurre et y cuire les asperges pendant 5 min de façon à ce qu'elles restent croquantes.

3 Sauce: mélanger tous les ingrédients.

4 Dresser le flan sur le plat avec les pousses et les asperges. Asperger de sauce et garnir de tomates-cerise. Servir tiède.