

ASPERGE BLANCHE, FOIE GRAS, ORTIE ET AIL DES OURS



Ingrédients pour 6 personnes

Ingrédient	Quantité
Escalope de foie gras	Quantité souhaitée (poêlée (Ndlr: déjà testé le 'Faux-gras?'))
Asperges blanches	Quantité souhaitée (bien épluchées)
Fond blanc de volaille	300 gr
Jus d'ail des ours	200 gr (ou 160 gr d'ail des ours + 40 gr de cébettes)
Huile de colza	50 gr
Sel, poivre	
sucre	100 gr
eau	25 gr
vinaigre	75 gr
Racines d'ail des ours	50 gr (bien lavées)
farine	500 gr
Lait	300 gr
Oeufs	6 pc
sel	20 gr
Purée d'orties	200 gr (bien égouttée)

Préparation

1. Blanchir l'ail des ours dans le fond à ébullition et salé. Refroidir l'ail des ours dans l'eau glacée (eau + glaçons) et refroidir également le fond. Mixer l'ensemble bien froid au blender en terminant par l'huile de colza. Rectifier l'assaisonnement.

Pickles de racines d'ail des ours

1. Chauffer le sucre, l'eau et le vinaigre puis verser sur les racines. Laisser refroidir et conditionner au frais.
-
-

Spaetzle d'orties

1. Mélanger petit à petit la farine avec les œufs. Mixer dans le lait et terminer par la purée d'orties. Laisser reposer la pâte 1h avant de cuire dans l'eau bouillante salée. Refroidir dans l'eau glacée (eau et glaçons).
-
-

Asperges blanches

1. Éplucher les asperges et casser le talon, bien laver pour enlever l'amertume. Blanchir quelques secondes dans de l'eau bouillante et refroidir dans l'eau froide. A la minute, les poêler vivement pour donner une légère coloration. Saler et poivrer.
-
-