

# ASPERGE BLANCHE, FOIE GRAS, ORTIE ET AIL DES OURS



## Ingrédients pour 6 personnes

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