

# ASPERGES BLANCHES, SALSA VERDE À L'AIL DES OURS ET ÉGOPODE



## Ingrédients pour 4 personnes

Ingrédient	Quantité
Asperges blanches	16 pcs (épluchées)
jambon sec	4 tranches (parme, serrano,...)
Beure	10 gr
sel	
poivre	
Parmesan	(en 'épluchure')
Huile d'olive	70 gr
vinaigre de vin blanc	1 c. à s. (ou citron vert)
feuilles ail des ours	15 gr
feuilles égoiode	15 gr
Ciboulette	5 gr
origan séché	2 gr
échalote	1 petite (finement hachée)
piment vert	1 petit ( finement haché, sans les graines, attention aux yeux :-))

## Préparation

1. Casser les pieds des asperges (à conserver pour un potage). Éplucher les asperges (conserver les épluchures pour le potage). Les couper en sifflet. Préparer 3 rosaces de jambon par personne

2. Mettez le wok ou une poêle sur le feu avec un filet d'huile. Lorsque l'huile est chaude, faire colorer les asperges de chaque côté. Faites-les frire al dente. Hors du feu, assaisonner de sel et poivre et enrober d'un peu de beurre. Réserver

## Salsa verde

1. Mettre tous les ingrédients sauf le piment et l'échalote dans un mortier et monter progressivement la salsa verde en faisant tourner le pilon. Vous pouvez aussi utiliser un mixeur en y allant "gentiment".

---

---

2. Lorsque vous avez une consistance souple, ajouter le piment et l'échalote.

---

---

## Dressage

1. Déposer harmonieusement les asperges sur l'assiette. Ajouter les rosaces de jambon. Saupoudrer de salsa verde. Ajouter les pluches de parmesan et les fleurs d'ail des ours (+ pignon de pin ou amandes effilées en option).

---

---