CRÈME D'ASPERGES À L'AIL DES OURS

CUISINE SAUVAGE

Ingrédients pour 12 peronnes

Ingrédient	Quantité
asperges vertes	750 gr
Mascarpone	250 gr
fromage blanc	125 gr
Ail des ours	2 poignées
Oeufs	2 pcs
sel et poivre	1 pincée

Préparation

1. Cuire les asperges dans l'eau bouillante salée ou à la vapeur pendant 15 min et les refroidir dans l'eau glacée pour qu'elles conservent leur belle couleur verte.

2. Cuire les œufs 10 min dans l'eau bouillante puis laisser refroidir avant de les écailler.

3. Laver les feuilles d'ail des ours et les émincer.

4. Mixer ensemble les asperges, l'ail des ours, le fromage blanc, le mascarpone, l'huile, les œufs durs, du sel et du poivre jusqu'à l'obtention d'une mousse bien fine.

5. Placer dans des verrines et mettre au frais. Au moment de servir, parsemer de graines de courge grillées et décorer d'une fleur d'ail des ours.

CC BY SA Cuisine Sauvage ASBL, 2015-2025