



INGRÉDIENTS

pour 4 personnes

- 800 g d'asperges vertes
- 1 oignon
- 700 ml bouillon de légumes
- 100 ml crème entière
- Sel, poivre
- Ciboulette
- Huile de persil

CRÈME D'ASPERGES VERTES

avec le chef Glodi Limangi

PRÉPARATION

- 01.** Peler l'oignon et le couper en gros morceau.
- 02.** Peler les asperges en enlevant la partie filandreuse
- 03.** Couper aussi les têtes puis les tiges en tronçons.
- 04.** Faire chauffer l'huile d'olive, ajouter l'oignon et les morceaux de tiges.
- 05.** Verser le bouillon de légumes dans la casserole et laisser mijoter 10 à 12 minutes, jusqu'à tendreté.
- 06.** Cuire les têtes d'asperges à part 4 à 5 min dans de l'eau salée.
- 07.** À l'aide d'un mixeur plongeant réduire la préparation en purée et ajouter la crème entière.
- 08.** Assaisonner avec du sel et du poivre.

DRESSAGE

- 01.** Disposer harmonieusement les têtes d'asperges dans la crème.
- 02.** Ajouter un peu de ciboulette ciselée et un filet d'huile de persil.



recette de l'émission du
24.04.2026