



*Un réseau précurseur au service
du bon goût et des plaisirs simples*

Bienvenue à la ferme à 30 ans !

À cette occasion, découvrez une série de recettes à tester autour d'un produit de saison à retrouver dans notre réseau d'agriculteurs adhérents.

Fiche recette n°3

Asperges Mimosa



Ingrédients

1 kg d'asperges

2 œufs

15 cl d'huile d'olive

3 càs de vinaigre de xérès

1 échalote

sel

poivre

persil

Préparation 15 min / Cuisson 20 min

Étape 1

Nettoyer les asperges.

Eplucher la base des asperges et retirer les petites feuilles le long de la tige.

Cuire les asperges dans de l'eau bouillante salée 4 à 5 min, puis plonger dans l'eau glacée.

Étape 2

Cuire les œufs 10 min dans de l'eau frémissante, les rafraîchir puis les écaler.

Étape 3

Eplucher et ciseler l'échalote et hacher les œufs.

Dans un saladier, rassembler les œufs, l'échalote et le persil haché.

Étape 4

Dans un bol, mélanger le vinaigre avec l'huile d'olive puis assaisonner.

Verser sur les œufs et mélanger.

Étape 5

Egoutter les asperges.

Dresser-les dans les assiettes.

Napper les asperges de vinaigrette mimosa.

Conseil

Opter pour des asperges blanches ou vertes suivant vos envies !