

Asperges blanches sur lit de mâche, radis rose et noix

Ingrédients / pour 4 personnes :

- 20 asperges blanches
- 150 g de mâche
- 1 botte de radis
- 100 g de cerneaux de noix
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à soupe de vinaigre balsamique
- Sel et poivre



Préparation :

Peler les asperges puis les cuire dans un grand volume d'eau bouillante salée durant 20 à 30 minutes. Les égoutter lorsqu'elles sont cuites.
Couper le radis en rondelles.
Préparer la vinaigrette .
Répartir la mâche dans les assiettes.
Faire de même avec les asperges, les radis et les cerneaux de noix.
Arroser de vinaigrette et servir.

Crème d'asperges

Ingrédients / pour 4 personnes :

- 1 kg d'asperges blanches
- 2 pomme de terre
- 1 oignon
- 50 cl d'eau
- Poivre
- Noix de muscade
- Ciboulette
- 1 cube de bouillon de légumes



Préparation :

Épluchez les asperges et la pomme de terre. Coupez la partie dure de l'asperge.
Coupez les asperges et la pomme de terre en petits cubes.
Faites cuire les légumes dans l'eau avec le cube de bouillon et l'oignon émincé pendant 15 mn environ.

Mixez à l'aide d'un mixer plongeant et assaisonnez. Servez bien chaud.