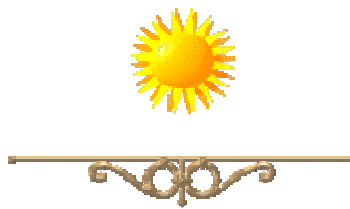


Fiche recette 22

Pointes d'Asperges aux Morilles.

(Plat végétarien). Préparation : 30 minutes - Cuisson : 30 minutes



Ingrédients pour 4 personnes.

1,5 kg de pointes d'asperges blanches (ou 2 kg d'asperges ordinaires) vraiment très fraîches. 300g de morilles, 125 cl de crème fraîche, sel, poivre (blanc).

Réalisation.

Laver et peler très soigneusement les courtes asperges qui doivent être très fraîches. Si l'on utilise des longues asperges, couper le quart inférieur et le réserver pour en faire un potage. Couper les asperges pelées en tronçons de 4 ou 5 cm et les cuire à l'eau bouillante salée pendant 20 minutes. Pendant ce temps, laver les morilles et les couper en petits morceaux. Les cuire à la poêle dans un peu d'huile, à feu doux, pendant 10 minutes puis ajouter la crème et cuire 10 minutes de plus. Prélever les pointes d'asperges avec une écumoire en réservant l'eau de cuisson pour faire un potage. Ajouter les pointes aux morilles avec un tout petit peu d'eau de cuisson, et mélanger pour lier la sauce. Goûter et rectifier l'assaisonnement avec un peu de sel et un soupçon de poivre et servir bien chaud.