

## Fiche recette 54

### Velouté aux Asperges vertes.

(Plat végétarien). Préparation : 15 minutes - Cuisson : 30 minutes



#### Ingrédients pour 4 personnes.

Pour 4 personnes: 1 kg d'asperges vertes, 3/4 litre de lait, 1 c à soupe de farine, 30 g de beurre, 50 g de crème, sel, poivre, cerfeuil.

#### Préparation & Cuisson.

Peler les asperges et les faire cuire pendant 20 minutes environ selon grosseur, puis les égoutter et en réserver une douzaine de pointes pour la présentation. Passer tout le reste au mixeur. Préparer une béchamel avec le beurre, la farine du sel, du poivre et un peu de lait. Ajouter y la purée d'asperges. Détendre avec le reste du lait et remettre sur feu doux. Ajouter la crème et servir immédiatement en mettant dans chaque assiette 3 pointes d'asperges et quelques brins de cerfeuil. On peut rendre ce potage encore plus fin (et plus riche) en ajoutant 1 ou 2 jaunes d'œuf battus dans la soupière. Fouetter pour bien mélanger.