

## ASPERGES VERTES, CHEVRE FRAIS

C'est une recette que j'ai faite au printemps et que mes invités avaient beaucoup appréciée. Je vous la donne à adapter avec des produits de saison, elle peut alors se cuisiner toute l'année.

4 personnes

préparation : 15 minutes

cuisson : 15 minutes

- v 500 gr d'asperges vertes
- v 200 gr de fromage de chèvre frais
- v 40 gr d'œufs de saumon
- v 2 cuillères à soupe de vinaigre balsamique
- v sel et poivre fraîchement moulu
- v vinaigrette
- v huile d'olive

- 1) Lavez soigneusement les asperges, coupez les pieds.
- 2) Faites les cuire 5 minutes dans de l'eau salée, les têtes en haut après les avoir liées en deux paquets.
- 3) Plongez les dans l'eau froide pour arrêter la cuisson, égouttez-les.
- 4) Pendant que les asperges refroidissent, mélangez très précautionneusement les œufs de saumon au fromage de chèvre, salez et poivrez.
- 5) Dressez les asperges dans l'assiette, à l'aide de 2 cuillères formez une quenelle de fromage, posez-la dans l'assiette. Nappez de vinaigrette et de quelques gouttes de balsamique et d'huile d'olive, d'une pincée de sel et de poivre.

d'après une recette de Guy Martin



Si ce n'est plus la saison des asperges vous pouvez utiliser des légumes de saison que se marient bien avec le fromage de chèvre, en ce moment: lanières de courgettes, tomates, champignons, poivrons cuits et débarassés de leur peau, Etc.

Recette reçue le 18/09/05 de Mme M... Annie par mail. Merci.  
Maryse Desbois

Publié sur le site de l'Earl les Chênes : <http://perso.wanadoo.fr/earl.leschenes/cariboost1/>  
Le dimanche 18 septembre 2005.