



SALADE D'ASPERGES ET SON ŒUF POCHE, VINAIGRETTE AU CASSIS

Ingrédients



2 pers.



4 pers.

Dans votre box :

| | | |
|-------------------|--------------------|---------------------|
| Asperges vertes | 1 botte | 2 bottes |
| Cresson | ½ botte | 1 botte |
| Œufs | 2 pièces | 4 pièces |
| Pain de campagne | 2 tranches | 4 tranches |
| Vinaigre de cidre | 1 cuillère à soupe | 2 cuillères à soupe |
| Crème de cassis | 1 cuillère à soupe | 2 cuillères à soupe |
| Citron | ¼ citron | ½ citron |
| Echalote | ½ pièce | 1 pièce |

Dans votre placard :

| | | |
|-------------------------------------|-------|-------|
| Huile d'olive (pour la vinaigrette) | 30 ml | 60 ml |
| Sel | | |
| Poivre | | |



Réalisation de la recette

Préparation : 15 mn

Cuisson : 15 mn

1. La salade

- Préchauffez votre four à 200°C.
- Coupez les tranches de pain en petits dés. Etalez-les sur une plaque allant au four, arrosez d'huile d'olive, de sel, de poivre et glissez au four 5 à 10 minutes. Remuez régulièrement jusqu'à obtenir des croûtons bien parfumés.
- En attendant, lavez le cresson puis préparez la vinaigrette : épluchez et coupez finement l'échalote. Dans un bol, fouettez l'huile d'olive avec le vinaigre, la crème de cassis, le jus de citron, du sel et du poivre. Ajoutez les échalotes lorsque le mélange est bien homogène. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement au besoin.
- Faites bouillir une poêle remplie d'eau. Plongez les asperges 4 minutes et égouttez.
- Faites bouillir une autre casserole d'eau chaude. Cassez les œufs dans des ramequins individuels. Lorsque l'eau frémit, à l'aide d'une louche, faites tourbillonner l'eau. Plongez les œufs un à un et laissez cuire 3 minutes puis plongez-les dans un bol d'eau glacée pour stopper la cuisson.

2. Le dressage

- Sur vos assiettes, disposez un lit de cresson, ajoutez les asperges puis 1 œuf poché par assiette. Arrosez de vinaigrette au cassis et terminez par les croûtons.
- Bon appétit !

3. Le mot du Chef

- Une assiette légère inspirée de la région bourguignonne. La vinaigrette à la crème de cassis adoucit parfaitement la saveur particulière du cresson, et le fondant des œufs pochés avec le croustillant des croûtons maison amène un complément de texture agréable. Profitez du début de saison des asperges !
- Le fait de faire tourbillonner l'eau de cuisson des œufs pochés permet à vos œufs de prendre directement une belle forme ronde et d'éviter au blanc d'œuf de s'éparpiller dans l'eau de la casserole. Une technique bien utile qui fait que vous n'avez pas besoin d'ajouter du vinaigre dans votre eau.

