



## Asperge en Deux Façons et Son Œuf Miroir

Recette Bruno Passion cuisine du 08/04/2013

### Ingrédients pour 4 personnes :

- > 8 belles asperges
- > 2 cébettes
- > 4 oeufs
- > 2 tranches de pain de mie complet
- > 4 CàC d'oeufs de poisson (hareng, saumon)

### Préparation :

Eplucher les asperges. Couper l'extrémité dure de la queue. Couper en biseau l'asperge au 2/3 (2/3 côté tête - 1/3 côté queue). Avec le côté queue, réaliser une brunoise. Faire de même avec le blanc des cébettes et mélanger à la brunoise d'asperge. Réaliser une vinaigrette avec huile d'olive et balsamique, assaisonner et ajouter à la brunoise. Dans le vert des cébettes, tailler des anneaux en biseau. Réserver.

A l'emporte pièce, tailler 4 ronds dans le pain de mie. Faire dorer ces ronds dans une poêle avec du beurre. Réserver.

Dans une poêle, mettre les asperges, une pincée de sel et un pincée de sucre, une grosse noix de beurre, un trait d'huile d'olive et mettre de l'eau à mi hauteur des asperges. Mettre à feu très vif en couvrant. Vérifier la cuisson à l'aide de la pointe d'un couteau. Les asperges doivent être cuites mais encore fermes (rajouter un peu d'eau si nécessaire). En fin de cuisson, caraméliser les asperges en les faisant bien rouler dans la poêle et ainsi leur donner un bel aspect brillant.

Faire cuire les œufs au plat et tailler les à l'emporte pièce (identique à celui du pain de mie) et les poser sur les toasts grillés.

Dressage : au centre de l'assiette, dresser un rond de brunoise. Poser par dessus 2 asperges puis le toast et l'œuf. Déposer un CàC d'œuf de poisson sur l'œuf et finir avec deux biseaux verts de cébette. Faire un trait de vinaigrette sur les côtés. Ajouter une pointe de fleur de sel et un tour de moulin à poivre.

### Astuces :

Cuire de cette façon permet de garder la couleur et la saveur des asperges. Cette cuisson peut s'appliquer à de nombreux légumes.

Ne pas oublier la pointe de sucre qui va venir compenser la perte du sucre naturel de l'asperge à la cuisson et ainsi lui redonner son goût d'origine.

### Accord mets & vins :

Avec cette assiette je vous propose de boire un vin blanc léger de type provence ou côte du rhône.



Bruno Passion Cuisine

Site : [www.brunopassioncuisine.fr](http://www.brunopassioncuisine.fr)

E-mail : [brunopassioncuisine@free.fr](mailto:brunopassioncuisine@free.fr)

Tél : 06 26 72 60 01