



Tartare d'asperges

Laver et éplucher les asperges.

Couper les têtes et les blanchir 3 min. Refroidir dans l'eau glacée. Réserver.

Émincer finement le reste des asperges, mélanger le tout avec de la fleur de sel, un jus de citron, des feuilles de menthe et du cerfeuil hachés.

Disposer dans le fond d'une verrine le tartare d'asperges et finir en posant la tête d'asperge huilée (huile d'olive au pinceau) au-dessus.

Du cru du cuit et du rafraichissant. Déguster.

L'Instant Gourmand
92, Place Léon Gambetta
04 90 78 21 17
instant.gourmand84@gmail.com

