



## Le velouté froid aux asperges vertes

Recette pour 6 verrines. Préparation : 15 min. Cuisson : 25 min.

### Ingrédients

Eau : 37,5 cl d'eau (= 375 g)  
Bouillon de légumes déshydraté : 1 tablette  
Asperges vertes : 1 botte de 500 g  
Huile d'olive : 5 cl  
Sel, poivre  
Moulin de 5 baies

### Matériel

un verre doseur  
un couteau  
une casserole  
une écumoire  
un mixer



### Réalisation > la préparation

**1.** Faire bouillir l'eau avec la tablette de bouillon déshydraté, et laisser la tablette se dissoudre complètement. Pendant ce temps, laver les asperges et les essuyer.  
*- inutile donc de peler les asperges, une corvée de moins ! -*

**2.** Puis couper les pointes d'asperges (environ 5 à 7 cm), ôter environ 1 cm de queue (la partie la plus fibreuse et dure des asperges) et sectionner en tronçons le reste des tiges.

### Réalisation > la cuisson

**3.** Faire blanchir dans l'eau bouillante les pointes d'asperges seules environ 8 minutes.

**4.** Les sortir de l'ébullition à l'aide d'une écumoire, les passer rapidement sous l'eau froide et les réserver.  
*- les rafraîchir aussitôt après la cuisson permet de fixer leur chlorophylle et de leur garder leur jolie couleur verte -*

**5.** Placer ensuite les tronçons des tiges dans l'eau bouillante parfumée, pour une cuisson de plus de 15 minutes cette fois.

**6.** Verser ces derniers morceaux dans le mixer, en ajoutant l'huile d'olive, un peu de sel, de poivre et une louche de bouillon. Mixer longuement jusqu'à un lissage parfait. Rallonger d'un peu de bouillon si vous désirez une consistance plus liquide. Réserver au frais.

**7.** Verser ce velouté froid dans des verrines et donner quelques tours de moulin de 5 baies. Fendre les bases des pointes d'asperges et en décorer le bord des verrines. Servir éventuellement avec des petites pailles !

Pure gourmandise

La gourmandise est un joli défaut.

[www.PureGourmandise.com](http://www.PureGourmandise.com)