

# SALADE D'ASPERGES, FLEURS D'AIL DES OURS ET POUTARGUE

Posted on mai 6, 2019 by Florence Breuil



Category: [Salades](#)

Tag: [Asperges](#)



Prenez une belle botte d'asperges pour deux personnes. Des vertes, des pourpres... Des colorées ! Faites-les cuire légèrement à la vapeur afin qu'elles gardent de leur croquant et de la tenue. Passez-les également sous l'eau froide en fin de cuisson afin qu'elles conservent leur belle robe.

Préparez la sauce qui va les envelopper : une bonne huile d'olive ou de noisette, un peu de sel et de poivre.

Une fois assoupies, dressez-les enveloppées de leur sauce dans deux assiettes. Râpez un peu de poutargue sur le dessus pour les réveiller et parez-les de fleurs d'ail des ours.

