



La cuisson des asperges



1 botte pour 3 personnes en accompagnement de plat principal

1 botte pour 5 personnes en entrée

Cuisson et préparation 30 min

Difficulté simple

Sain

Ingrédients

- pour les asperges remises à température au barbecue vous pouvez prévoir une tranche de lard pour 5 asperges
- sel poivre

Préparation

à l'anglaise (cuisson de base)

Il faut d'abord éplucher les asperges. Personnellement j'épluche aussi les vertes et mauves car je trouve que cela augmente fortement le confort de dégustation et avec un peu d'habitude cela est assez rapide. Voici 2 photos qui vous montre les asperges avant et après épluchage ainsi qu'une petite vidéo permettant de vérifier la qualité de celui-ci



<https://www.youtube.com/watch?v=BxSBPOMq1jI>

Nous pouvons maintenant cuire les asperges à l'eau bouillante salée. N'ayant pas de casserole spécifique et afin de garder les asperges le plus droites possible je les cuis dans une grande poêle. Cela me permet également de mieux vérifier leur cuisson.



La cuisson de celle-ci ne doit pas dépasser 10 minutes à eau frémissante il est préférable de garder les asperges 'al dente'.

Une fois cuite il faut impérativement les refroidir immédiatement à l'eau fraîche afin de fixer leur couleur mais aussi d'arrêter la cuisson.

Une fois refroidie et égouttée vous pouvez les stocker dans votre réfrigérateur enrobée dans un linge humide.

Comment les remettre à température

Simplement les amener doucement à température de repas avec une noix de beurre

avec le barbecue

vous pouvez confectionner des fagots avec une tranche de lard fumé et 5 asperges et faire saisir le lard sur le barbecue (attention un fois le lard coloré placer les fagots dans un plat type 'pyrex' afin de continuer doucement la cuisson sans dessécher le légume)

Comment les cuire intégralement au barbecue

Tout d'abord pour cette cuisson je prend les asperges les plus fines que je saisis sur une grille très chaude et ensuite je termine la cuisson en plat 'pyrex' au barbecue avec un filet d'huile d'olive.



Bon appétit