

# Risotto aux asperges vertes



Pour 4 personnes **les ingrédients**

- 300 g de riz à risotto
- 20 g de beurre
- 1 échalote
- 1 l bouillon de légumes
- 500 g d'asperges vertes
- 10 cl de crème épaisse
- 50 g de parmesan
- quelques brins de ciboulette
- sel
- poivre

## la préparation

1. Cuire les asperges dans un grand volume d'eau bouillante salée environ 10 min. Lorsqu'elles sont cuites mais encore légèrement croquantes, les plonger immédiatement dans de l'eau bien froide. Les récupérer à la main ou à l'écumoire pour les déposer ensuite sans tarder sur un papier absorbant. Sur une planche à découper, tailler les pointes et les réserver. Tailler le reste en petits tronçons (environ 1,5 cm).
2. Préparer le risotto : éplucher et ciseler l'échalote. Verser le riz dans une passoire fine pour le rincer sous l'eau froide courante. Le verser dans une sauteuse antiadhésive avec l'échalote ciselée et le beurre. Laisser chauffer 2 à 3 minutes (jusqu'à ce que le riz devienne légèrement nacré), puis ajouter la moitié du bouillon.
3. Cuire doucement en remuant régulièrement avec une cuillère. Ajouter du bouillon au fur et à mesure que le riz l'absorbe.
4. En fin cuisson, (compter environ 20 min), ajouter la crème et le parmesan.
5. Ajouter les petits tronçons d'asperges. Mélanger.
6. Déposer sur le risotto les pointes d'asperge et parsemer de ciboulette ciselée. Servir sans attendre.

# Pizzete aux asperges vertes



Pour 4 personnes **les ingrédients**

*Pour 12 pièces*

- 200 g d'asperges vertes
- 2 pâtes à pizza
- 60 g de parmesan en morceau
- 12 mini billes de mozzarella
- 2 branches de thym
- 1 poignée de roquette

## la préparation

1. Laver les asperges puis les plonger dans une eau bouillante salée environ 10 min. Les rafraîchir dans une eau glacée puis les égoutter. Les tailler ensuite dans la longueur puis en tronçons.
2. Préchauffer le four à 200 °C.
3. Découper dans les pâtes à pizza une douzaine de disques et les placer sur la lèchefrite du four garnie d'un papier sulfurisé.
4. Egoutter les mini mozzarellas et les couper en deux.
5. Emincer le parmesan en fins pétales (à l'économe).
6. Répartir la mozzarella sur les 12 disques de pâte.
7. Ajouter les asperges vertes puis parsemer de parmesan et de thym (effeuiller le thym directement sur les pizzette).
8. Cuire au four environ 20 min à 200 °C.
9. Servir décoré de quelques feuilles de roquette juste avant de servir.

# Panna cotta d'asperges vertes



## • Pour 4 personnes **les ingrédients**

- 250 g d'asperges vertes (1 botte)
- 50 cl de crème liquide entière
- 1 pincée de piment d'Espelette
- 2 feuilles de gélatine
- 2 branches de basilic
- 2 branches de menthe
- 1 branche d'aneth
- 1 c à s d'huile d'olive
- 1 c à c de vinaigre balsamique
- Sel
- poivre du moulin.

## la préparation

1. Laver les asperges. Couper le talon si besoin (s'il est un peu sec). Couper les asperges grossièrement en tronçons puis les cuire à l'eau bouillante salée environ 15 min (selon le calibre). Dès la fin de la cuisson, les rafraîchir : les plonger dans une eau glacée pour qu'elles restent bien vertes. Les égoutter. Réserver.
2. Dans un grand bol d'eau froide, faire ramollir les feuilles de gélatine.
3. Dans une casserole, faire bouillir  $\frac{1}{4}$  de la crème. Couper le feu.
4. Ajouter la gélatine pour la faire fondre. Ajouter ensuite les asperges et le reste de crème. Mixer, passer au chinois (passoire fine). Rectifier l'assaisonnement (sel, poivre). Répartir la préparation dans des verres. Laisser refroidir. Réserver au frais au minimum 2 h pour que la préparation se solidifie.
5. Servir accompagné d'une petite salade d'herbes : basilic, menthe, et aneth ciselés assaisonnés d'un peu d'huile d'olive, de vinaigre balsamique, de sel et de poivre.