



Toque & Tablier



### Asperges vertes sauce mousseline

**Pour 4 personnes.**  
**Préparation 10 min**

**Bien s'organiser :** Faites la sauce mousseline en avance et réservez-la au réfrigérateur. Quant aux asperges, rez-les en avance mais cuisez-les avant de passer à table, elles sont meilleures tièdes.

### Ma liste de courses... Chez

#### Le primeur :

- 800 ou 900 g d'asperges vertes ou blanches

#### L'épicer:

- 20 cl d'huile neutre
- 1 cuillère à café bombée de moutarde mi forte
- Sel et poivre

#### Le crémier :

- 1 œuf extra frais fermier Label Rouge

1. Faites chauffer de l'eau dans une grande casserole ou un faitout.
2. Pendant ce temps, coupez les extrémités des asperges. Si vos asperges sont grosses, coupez 1/3 de leur tige. Avec un économe, épluchez les tiges (très légèrement si elles sont fines).
3. Faites les cuire à la vapeur dans une passoire à mailles fines ou panier vapeur. Si vous les faites cuire dans l'eau directement, reconstituez la botte grâce à de la ficelle et mettez les debout, tiges dans l'eau. Elles sont cuites quand la pointe d'un couteau s'insèrent dans la tige sans difficulté (aux environs de 10-15 minutes).
4. Pendant la cuisson des asperges, préparons la sauce mousseline : Dans une jatte, montez le blanc en neige ferme. Réservez. Dans une autre jatte, battez avec un fouet électrique, le jaune d'œuf avec la moutarde, le sel et poivre puis petit à petit versez l'huile. Quand votre mayonnaise a pris, insérez dedans délicatement le blanc en

neige. Rectifiez l'assaisonnement si nécessaire en prenant bien garde de mélanger délicatement.

Servez les asperges tièdes avec la sauce bien froide.