



Velouté d'asperges aux noix de Saint-Jacques

Temps de préparation : 30 minutes

Temps de cuisson : 11 minutes

Recette pour 4 à 6 personnes

Ingrédients

- 1 botte d'asperges vertes C'Zon (420g)
- 20 g de beurre
- 1 cuillère à soupe de farine
- 50 g de jeunes pousses d'oignons C'Zon (1/2 sachet)
- 2 cuillères à soupe de crème liquide
- 750 ml de bouillon de volaille
- 4 belles noix de St Jacques
- Beurre, farine, huile d'olive
- Fleur de sel et piment d'Espelette

1. Prélever les pointes de 4 asperges, les tailler à la mandoline ou au couteau finement dans le sens de la longueur, et les faire mariner le temps de la recette dans un peu d'huile d'olive avec du sel.
2. Retirer 1 à 2 cm en bas des asperges (jeter) et les faire cuire 8mn dans de l'eau bouillante salée avec les jeunes pousses d'oignons coupées en 3.

3. Mixer le tout (eau+légumes) avec 1 cuillère à soupe de farine et une noix de beurre, jusqu'à obtention d'une texture fine. Ajouter la crème liquide, rectifier l'assaisonnement et mixer à nouveau quelques minutes.
4. Laver les noix de St-Jacques et les poser sur du papier absorbant. Les mettre 5 mn au congélateur pour les raffermir et les couper en 2 dans l'épaisseur.
5. Saisir dans une poêle avec peu de beurre 3mn maximum et servir au dernier moment au centre du velouté, avec une pincée de piment d'Espelette et de fleur de sel.
6. Ajouter les pointes d'asperges marinées dans l'huile et le sel.

Astuces

Si après avoir passé le velouté au blender ou au mixeur plongeant vous constatez des fibres, ne pas hésiter à le passer à travers une passoire fine pour les retirer. Le velouté peut être dégusté glacé sans les noix de St-Jacques et servi en verrine pour un buffet.

Cette recette se réalise avec des légumes frais prêts à l'emploi C'Zon disponibles au rayon fruits et légumes en GMS.