WESTMARK
MACH'S EINFACH!

Salade de fraises et d'asperges

Ingrédients (2-3 portions) :

- 500 g de fraises
- 250 g d'asperges blanches
- 250 g d'asperges vertes
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 3 cuillères à soupe de sirop d'érable
- 3 cuillères à soupe de vinaigre balsamique
- du basilic frais
- du sel
- du poivre grossier
- un peu d'huile de colza

Préparation :

1. Enlever la couronne des fraises et les couper en quatre ou en deux, selon leur taille.
2. Epluchez les asperges blanches (uniquement les deux tiers inférieurs).
3. Epluchez les asperges vertes (uniquement le tiers inférieur).
4. Couper les deux sortes d'asperges en biais, en tranches d'environ 0,5 cm de large.
5. Chauffer l'huile de colza dans une poêle et y faire revenir les morceaux d'asperges pendant environ 5 minutes, puis les laisser refroidir.
6. Mélanger les asperges avec les fraises et ajouter l'huile d'olive, le sirop d'érable et le vinaigre balsamique.
7. Ciseler grossièrement le basilic et l'incorporer. Saler et poivrer.

Ingrédients :

- pâte à tarte flambée surgelée
- 200 g de pesto
- sel et poivre
- 100 g d'asperges vertes
- 1 oignon rouge
- 1 poivron rouge
- 200 g de dés de jambon
- feuilles de thym frais
- 30 g de parmesan

Tarte flambée aux asperges

Préparation :

1. Préchauffer le four à 220 °C, chaleur de voûte et de sole.
2. Retirer les extrémités ligneuses des asperges et éplucher la partie inférieure des tiges. Couper les tiges d'asperges en deux et les couper en lanières régulières.
3. Dérouler la pâte à tarte flambée, la poser sur une plaque de cuisson et la badigeonner uniformément de pesto.
4. Répartir uniformément les asperges, l'oignon, le poivron et les dés de jambon sur la tarte flambée et assaisonner avec du sel, du poivre et des feuilles de thym fraîches.
5. Saupoudrer de parmesan râpé et faire cuire dans le four préchauffé à mi-hauteur pendant environ 15 minutes jusqu'à ce qu'il soit croustillant.

Œufs bénédictine aux asperges

Ingrédients (2 portions) :

- 1 botte d'asperges vertes
- 50 g de jambon cuit, coupé en lanières
- 2 œufs
- 1 cuiller à soupe de vinaigre
- 1 paquet (200 ml) de sauce hollandaise
- 2 petits pains multicéréales
- 1 cuiller à soupe de câpres marinées
- sel

Préparation :

1. Dans une casserole, porter à ébullition environ 1,5 l d'eau salée.
2. Pendant ce temps, laver les asperges, couper les extrémités ligneuses et - si nécessaire - éplucher le tiers inférieur des tiges avec un éplucheur à asperges.
3. Dès que l'eau bout, y blanchir les asperges pendant environ 2-3 minutes, puis les égoutter et les déposer sur un plat de service.
4. Éliminer l'eau de cuisson et porter à nouveau à ébullition 1 L d'eau fraîche dans la même casserole.
5. Pendant ce temps, enrouler légèrement les lanières de jambon cuit et les disposer sur le plat de service avec les petits pains écrasés et les asperges blanchies.
6. Ajouter ensuite 1 cuillère à soupe de vinaigre dans l'eau bouillante et réduire le feu. L'eau ne doit plus que bouillir.

7. Cassez les œufs un par un dans une tasse et faites-les glisser délicatement l'un après l'autre dans l'eau.
8. Retirer à l'aide d'une écumoire après environ 2-3 minutes et placer sur les asperges. Affiner le tout avec 1 cs de câpres et réserver le plat de service quelques instants.
9. Transférer la sauce hollandaise chauffée dans une saucière et l'utiliser pour compléter le plat terminé.

Conseils produits Westmark :

Velouté d' asperges

Ingrédients (3 portions) :

- 1 kg d'asperges blanches
- env. 2 l d'eau
- 50 g de beurre pour le fond
- 1 cuiller à soupe de sucre - le jus d'un ½ citron
- sel
- poivre
- 200 ml de crème
- 80 g de beurre pour le roux

Préparation :

1. Nettoyer les asperges, les éplucher et raccourcir les extrémités inférieures. Mettre les pelures et les extrémités dans une casserole et remplir d'eau froide.
2. Ajouter le beurre, le jus de citron, le sucre, le sel et le poivre et porter lentement le tout à ébullition. Laisser mijoter légèrement pendant environ 10 minutes.
3. Retirer la casserole du feu et passer le contenu à travers une passoire fine (récupérer le fond).
4. Remettre le fond dans la casserole, assaisonner avec un peu de sel et porter à ébullition. Ajouter les asperges épluchées dans le fond bouillant et faire cuire pendant 10 minutes.
5. Retirer les asperges du fond et les couper en morceaux. Laisser refroidir le fond.
6. Dans une deuxième casserole, faire un roux avec le beurre et la farine, déglacer avec le fond en remuant. Porter la soupe à ébullition.
7. Laisser mijoter légèrement pendant 15 minutes. Ajouter la crème et porter à nouveau à ébullition.

Ingrédients (12 pièces) :

- 1 rouleau de pâte feuilletée du rayon frais
- 125 g de crème fraîche
- 80 g de jambon cru
- une bonne poignée de fromage râpé
- 250 g d'asperges vertes

Escargots aux asperges

Préparation :

1. Laver les asperges, éplucher le tiers inférieur et retirer le bout ligneux. Pendant ce temps, préchauffer le four à 175 °C à chaleur tournante.
2. Dérouler la pâte feuilletée et la tartiner de crème fraîche. Couper le jambon en tranches, le poser sur la pâte et parsemer de fromage.
3. Disposer uniformément les tiges d'asperges par-dessus et envelopper le tout en un rouleau bien serré.
4. Couper le rouleau en 12 tranches d'épaisseur égale à l'aide d'un couteau bien aiguisé.
5. Placez les escargots sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé et faites-les cuire pendant environ 15-20 minutes.

WESTMARK
MACH'S EINFACH!

Champ d'adresse du commerçant

scan me

Toute responsabilité pour les erreurs d'impression et les fautes est exclue.

Westmark GmbH
Bielefelder Straße 125
57368 Lennestadt-Elspe | Germany
Telefon +49 2721 92 58 0 | Fax +49 2721 92 58 49
info@westmark.de | www.westmark.de

kata0441