

Oeufs mollets et asperges nappés de sauce vierge

Recette pour 4 personnes

Description

Oeufs mollets avec le jaune encore coulant servi sur des asperges sautées au beurre et une sauce vierge.

L'astuce du chef

Vous pouvez réchauffer vos oeufs en les plongeant dans l'eau chaude pendant quelques minutes avant de les servir.

Ingrédients

Pour les oeufs mollets et les asperges

- 8 Unité(s) Oeuf
- 20 Unité(s) Asperge verte
- Sel et poivre
- Beurre

Pour la sauce vierge

- 125 Ml Huile d'olive
- 3 Unité(s) Tomates italiennes
- 5 Feuille(s) Basilic
- 30 Gr Tomates séchées
- 1 Unité(s) Échalote
- 0.50 Botte(s) Ciboulette
- Sel et poivre
- Beurre

Préparation

- Temps de préparation **30 mins**

Mise en place

Mondez les tomates et coupez-les en dés. Coupez en fine julienne les tomates séchées. Épluchez et ciselez l'échalote. Parez les asperges et pelez celles-ci au besoin. Émincez finement la ciboulette.

Préparation de l'oeuf mollet

Portez une casserole d'eau ébullition. Plongez-y doucement les œufs et laissez-les cuire 5 minutes, puis sortez-les et rafraîchissez-les légèrement à l'eau froide. Écalez délicatement les œufs.

Préparation de la sauce vierge

Mettre tous les ingrédients de la sauce dans un bol, mélanger délicatement et réserver 15 minutes à la température ambiante. Saler légèrement. Conserver une partie de la ciboulette pour la décoration.

Préparation des asperges

Faites blanchir vos asperges dans une eau bouillante salée (10 g de sel au litre d'eau) 1-2 minutes. Stoppez la cuisson en les plongeant dans un bassin d'eau glacée. Réservez.

Dressez vos assiettes

Au dernier moment, déposer une noisette de beurre dans un poêlon chaud et faites revenir les asperges, assaisonnez-les. Dans une assiette, déposez 5 asperges, une cuillère de sauce vierge et terminez avec deux oeufs mollets. Décorez avec un peu de ciboulette et quelques tours de moulin à poivre.

Bon appétit!