

Iles flottantes salées au piment d'Espelette et à la crème d'asperges vertes

Temps de préparation: 15 mn

Temps de cuisson: 10 à 20 mn

Ingrédients pour 6 personnes:

- 20 cl de crème liquide légère
- 30 cl de lait
- 4 jaunes d'œufs
- 120 g d'asperges vertes cuites
- 2 blancs d'œufs
- Un peu de piment d'Espelette
- Sel



Recette:

1) Si vos asperges vertes ne sont pas cuites: les laver, les peler, les faire cuire à l'eau bouillante salée pendant 7 à 8 minutes (il faut qu'elles soient cuites mais encore fermes), les égoutter et les passer à l'eau froide pour qu'elles restent bien vertes.



2) Faire chauffer le lait et la crème dans une casserole.



3) Pendant ce temps battre les jaunes d'œufs avec un peu de sel.



4) Verser le lait et la crème petit à petit sur les jaunes en battant bien.



5) Remettre dans la casserole et faire épaissir sur feu doux sans cesser de remuer. Eteindre le feu. Ajouter les asperges vertes et mixer au mixeur plongeur. Rectifier éventuellement l'assaisonnement.



Laisser refroidir et réfrigérer si vous préférez déguster la crème ainsi.

6) Préchauffer le four à 180°C (th 6). Battre en neige ferme les blancs d'œufs avec une pincée de sel.



7) Déposer une cuillère de blanc dans 6 mini moules à muffins et cuire 5 mn au four.



8) Verser la crème dans les verrines, déposer une "île" dessus et saupoudrer d'un peu de piment d'Espelette.

Astuces: vous pouvez préparer la crème la veille du repas et aussi utiliser uniquement les tiges des asperges vertes afin de garder les pointes pour une autre recette.