

Flan d'asperges

Pour 8 personnes, il vous faut:

1 botte d'asperges blanches (prenez les plus fines)

300 ml de crème liquide

3 oeufs

60g de parmesan fraîchement rapé

sel, poivre, muscade

Faire cuire les asperges à l'eau debout les pointes en dehors du bain bouillonnant. Une fois qu'elles sont bien tendres, prélever les pointes et les réserver.

Mixer le "corps" des asperges avec la crème liquide, les oeufs, le parmesan. Saler, poivrer, muscader.

Mettre à cuire au four thermostat 6 (180 degrés) pendant environ 20 minutes. j'utilise des empruntes en silicone qui me servent habituellement à faire des muffins.

Démouler le flan sur une assiette que vous décorerez de pointes d'asperges, de radis, de roquette et pourquoi pas d'une mayonnaise citronnée. Accompagner de carpaccio de saumon et d'une tranche de pain grillé.