



## Mousse aux asperges

### Je fais comment ?

1. Plongez les asperges surgelées dans l'eau bouillante salée et comptez 8 mn à partir de la reprise de l'ébullition. Egouttez-les et coupez les pointes. Gardez les pointes pour la décoration et mixez le reste des asperges.
2. Réalisez une sauce béchamel : Faites fondre la matière grasse dans une casserole. Hors du feu, ajoutez la fécule de pomme de terre et le lait. Fouettez et replacez sur feu doux. Fouettez jusqu'à épaississement. Puis ajoutez le parmesan râpé et les jaunes d'oeufs. Mélangez. Incorporez la purée d'asperges et mélangez à nouveau. Salez et poivrez à votre convenance.
3. Battez les blancs d'oeufs en neige et incorporez-les délicatement à la préparation.
4. Graissez 4 ramequins et versez la préparation. Enfourez les mousses d'asperges à 210°C dans un four non préchauffé et faites cuire 25 mn.

**Source :** Aude- Le 9 février 2007-

J'ai préféré n'utiliser aucune épice dans cette mousse afin de ne pas dénaturer le goût de l'asperge. Résultat : c'est léger comme un soufflé et très raffiné.

### Ingrédients

- 200g d'asperges vertes surgelées
  - 2 oeufs
  - 2 c.à.s. de fécule de pomme de terre
  - 1 c.à.s. de beurre ou margarine végétale
  - 30 cl de lait végétal ou non
  - 50 g de parmesan râpé
  - Sel & poivre
- Cuisson : 25 mn  
4 personnes