

Asperges de pays cuites entières Œuf frit et ravigote de poisson fumé



Ingrédients pour 6 personnes :

Pour les asperges :

18 asperges vertes, sel, sucre, huile d'olive

Pour les œufs :

6 œufs extra-frais, farine, 1 œuf battu, 3 cuillères de lait, 300g de chapelure, sel

Pour la ravigote :

1 œuf, 1 cuillère de moutarde à l'ancienne, 2dl d'huile de tournesol, 1 pomme rouge, 1 oignon nouveau, 100g de flétan fumé coupé en petits dés, 100g de truite fumée coupée en petits dés, assaisonnement, vinaigre balsamique blanc

Les asperges :

Eplucher les asperges. Les laver soigneusement. Retirer le bout en coupant une tranche de 3mm. Les couper à 12cm en partant de la tête. Glacer à blanc les asperges avec un peu d'eau, sel, sucre et huile d'olive. Couper les bouts d'asperge restants en petits dés. Réserver.

La ravigote :

Monter une mayonnaise ferme avec l'œuf, la moutarde et l'huile de tournesol. Assaisonner et ajouter un trait de balsamique blanc. Couper l'oignon et la pomme en petits dés. Ajouter à la mayonnaise les dés de pomme, d'oignon, de truite, de flétan et les dés d'asperge réservés.

L'œuf :

Cuire à l'eau bouillante, 6 œufs pendant 5mn. Les rafraîchir. Les écaler. Les paner en les enrobant successivement de farine, d'œuf battu allongé d'un peu de lait et assaisonné, de chapelure. Les frire 1mn dans un bain d'huile à 180° pour obtenir des œufs dorés et croustillants.

Dressage :

Dresser un généreux socle de ravigote au centre de 6 assiettes plates. Répartir dessus les asperges. Finir en posant un œuf croustillant.