



Salade D'ASPERGES *aux œufs*

PRÉPARATION :
10 MIN



CUISSON :
8 MIN



POUR
4
PERS.



INGRÉDIENTS

1 botte d'asperges vertes

2 œufs durs

6 cornichons coupés
en rondelles

1 c. à soupe d'huile d'olive

1 c. à café de vinaigre
balsamique

Sel et poivre

PRÉPARATION

1 Faites cuire les asperges dans une casserole d'eau salée pendant 4 à 5 minutes, elles doivent rester bien fermes. Égouttez-les et badigeonnez-les légèrement d'huile d'olive. Faites-les ensuite griller 3 minutes environ sur la plancha à feu assez vif en les tournant régulièrement.

2 Écrasez les œufs à travers une passoire.

3 Déposez les asperges grillées dans un plat. Ajoutez le vinaigre balsamique, les œufs et les cornichons. Salez et poivrez selon votre goût.

Astuce

N'hésitez pas à réaliser la salade avec un mélange d'asperges blanches et vertes.