

Îles flottantes aux cèpes et morilles sur velouté d'asperges vertes

Préparation: 30 mn

Cuisson : 10 mn

Les ingrédients pour 6 personnes :

6 gros oeufs extra frais
60 g de cèpes séchés
60 g de morilles de morilles séchées
600 g d'asperges vertes
30 g de beurre
2 c à s de crème épaisse
Sel et poivre du moulin

Mettre les champignons à réhydrater séparément dans des bols avec de l'eau chaude pendant 30 mn.

Cuire les asperges 6 à 8 mn suivant leur grosseur à l'eau bouillante salée puis les égoutter et les couper au tiers de leur hauteur, réserver les pointes et couper le reste en tronçons. Mixer avec sel et poivre pour obtenir une purée, ajouter la crème et réserver au chaud.

Égoutter les champignons, hacher les cèpes au couteau. Dans une poêle faire fondre le beurre et y mettre à dorer les champignons et les pointes d'asperges. Assaisonner.

Casser les oeufs en séparant les blancs des jaunes. Monter les blancs en neige ferme avec une pincée de sel. Remplir 6 empreintes dans une plaque à briochettes en silicone (j'ai utilisé des ramequins plus pratiques). Faire une cuvette avec le dos d'une cuillère dans chaque blanc en neige et cuire 15 s au micro-ondes (pour les ramequins j'ai mis 10 s en les cuisant un par un).

Démouler les nids et les disposer dans des assiettes chaudes. Placer un jaune d'oeuf cru au centre de chaque nid, les assaisonner. Entourer avec la purée d'asperges et disposer les pointes d'asperges vertes et les champignons. Servir aussitôt.

Vin conseillé : un Bordeaux blanc

Pour la cuisson des blancs au micro-ondes tout dépend de la puissance de celui-ci et de la taille des ramequins. Dès que vous voyez que le blanc gonfle il est temps de stopper la cuisson.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>