Asperges vertes, blanches et fraises de Florent Ladeyn finaliste Top Chef 2013

Asperges et fraises , une association étonnante! Quelle fraîcheur dans cette entrée si croquante! Florent nous offre là tout ce que l’on aime retrouver dans un plat d’été avec en plus cette note d’originalité qui fait tout le charme de sa cuisine.

Asperges vertes, blanches et fraises

Ingrédients (pour 4 personnes):

- 12 asperges blanches
- 12 asperges vertes
- 200 g de fraises
- huile olive

- sel
- poivre
- mouron des oiseaux . Si vous n’en trouvez pas vous pouvez le remplacer par des petites feuilles de cerfeuil.

Matériel spécial:

- une centrifugeuse
- un économe à lame oscillante

éplucheur économe à lame oscillante

Préparation:

Pour les asperges vertes:

- Nettoyez les asperges vertes: avec une petit couteau ôtez les ergots le long de la tige des asperges. Ôtez également le bout de chaque asperge sur un centimètre.

Ôtez les ergots des asperges vertes

- Coupez chaque asperge en deux: les têtes d’un côté et les queues de l’autre.

Séparez têtes et queues

- Couper les queues des asperges vertes crues en tranches fines. Réservez les dans un bol d’eau froide avec des glaçons pour qu’elles conservent leur côté croquant.

tranchez finement les queues des asperges vertes

- Cuisez les têtes d’asperges vertes à l’anglaise: versez les dans une casserole d’eau bouillante salée (10 g de sel par litre d’eau). Pour vérifier le stade de cuisson, il suffit de piquer dans une des pointes avec un couteau de cuisine: si on y pénètre facilement, c’est que la cuisson est à point.
- Égouttez les et rafraîchissez les dans de l’eau froide et réservez dans une assiette.

Réservez les têtes d’asperges vertes après cuisson et rafraîchissement à l’eau froide

Pour les asperges blanches:

- Épluchez les asperges blanches avec un économe à lame oscillante: il faut déposer l’asperge bien à plat et de passer l’éplucheur de la pointe vers la racine. De cette manière on ne risque pas de casser les tiges.
- Comme pour les asperges vertes séparez les têtes des queues.

- Cuisez les têtes d’asperges blanches à l’anglaise: versez les dans une casserole d’eau bouillante salée (10 g de sel par litre d’eau). Pour vérifier le stade de cuisson, il suffit de piquer dans une des pointes avec un couteau de cuisine: si on y pénètre facilement, c’est que la cuisson est à point.
- Égouttez les et rafraîchissez les têtes d’asperges blanches dans de l’eau froide et réservez dans une assiette.

- Passez les queues des asperges blanches à la centrifugeuse.

cuisine

Centrifugez la queue des asperges blanches

- Filtrez le jus obtenu au travers d’une écumoire et réservez le au frais dans une théière.

FRUTAS 10

Passez le jus d’asperge au travers d’une écumoire

- Coupez les fraises en tranches et rangez les sur un plateau de façon à ce que les morceaux ne se touchent pas.

Rangez les tranches de fraises sans les superposer

Dressage:

Nous avons donc:

- les têtes d’asperges vertes cuites
- les têtes d’asperges blanches cuites
- les tranches d’asperges vertes crues
- les tranches de fraises
- le jus des asperges blanches crues
- huile olive
- sel et poivre

Dans un petit bol disposez harmonieusement des tranches de fraises et quelques tranches d’asperges vertes crues.

Commencez le dressage par les fraises et un peu de tranches d’asperges crues

Puis continuez avec les têtes d’asperges vertes et blanches (essayez de donner de la hauteur et du volume en positionnant les têtes d’asperges droites).

Au tour des têtes d’asperge

Rajoutez encore quelques tranches d’asperges vertes et le mouron des oiseaux (ou à défaut les feuilles de cerfeuil). Versez un filet d’huile d’olive, salez et poivrez.

Huile d’olive, sel et poivre

Terminez en versant l’infusion fraîche d’asperges vertes devant les convives…

Terminez en versant l’infusion des têtes d’asperges blanches

Le saviez-vous?

Originaire des pays tempérés de l’Eurasie, l’asperge est un légume qui se consomme à l’heure actuelle dans le monde entier.

Connue des Romains, elle est cultivée comme plante potagère depuis le 15e siècle en France. Cette plane était très appréciée par Louis XIV. Elle fut donc considérée comme raffinée au XIXème siècle car consommée uniquement par les plus aisés.

De nos jours elle est toujours très appréciée et si son prix reste élevé cela est dû au fait que les asperges sont récoltées une par une à la main!

Il existe plusieurs espèces mais les plus connues sont les asperges vertes et les asperges blanches qui sont cultivées à l’abri de la lumière. On trouve également des asperges sauvages au gout très parfumé.