Asparagus in Mustard-Dill Sauce

Bonjour,

Aujourd’hui, je vous propose une recette que j’ai trouvée sur un magazine de cuisine Américain.

Un délicieux accompagnement pour vos viandes, poulets et poissons grillés ou rôtis.

Une recette très facile et rapide à préparer.

En lisant la recette, c’est la moutarde de Dijon qui à fait titiller ma curiosité. Lire un mot en Français sur une recette en Anglais…

Du coup, j’ai voulue la tester et ma fois, je ne suis pas déçue du résultat. Je suis même très satisfaite car c’est franchement un délice !

Une sauce à la moutarde onctueuse et parfumée à l’aneth nappant des asperges croquantes et recouvertes de fromage fondant… Que du bonheur pour les papilles

Traduction de l’intitulé de la recette :

Asperges à la Moutarde de Dijon à l’Aneth !

Avant de vous donner la recette, un petit rappel sur les asperges.

En général, les asperges vertes n’ont pas besoin d’être épluchées. Mais si elles sont un trop grosses, il est préférable de le faire. Par contre pour les variétés blanches et violette, surtout faites-le bien.

Coupez les pieds des asperges et pelez-les avec un économe de la pointe vers la base (faites attention de ne pas casser les pointes).

Lavez-les rapidement et séchez-les.

Pour la conservation, enveloppez-les dans un torchon humide puis placez-les dans le bac à légume. Elles se conservent ainsi 5 à 7 jours sans problème.

Pour 3/4 personnes

300g d’asperges fraiches

125 ml de bouillon de volaille tiède

2 bonnes c.à.s de moutarde de Dijon à l’Aneth

Si vous ne trouvez pas de moutarde à l’Aneth, ajoutez 1 c.à.thé d’Aneth fraichement ciselée à votre moutarde classique.

2 bonnes c.à.s de parmesan râpé ou d’emmental râpé

Du poivre du moulin

Ne pas mettre de sel, car le bouillon de volaille est déjà bien salé !!!

Préchauffez le four à 220°C (425°)

Disposez les asperges dans un plat peu profond allant au four.

Mélangez la moutarde de Dijon à l’Aneth dans le bouillon de volaille.

Versez le mélange sur les asperges, mélangez délicatement pour bien les enrober.

Enfournez et laissez cuire 20 minutes.

Sortir le plat du four, arrosez de sauce puis parsemez de fromage. Remettre le plat 2 minutes (juste le temps que le fromage fonde légèrement) puis retirez du four.

Parsemez de poivre du moulin et servir aussitôt.

C’est un plat facile, rapide et délicieusement parfumé !

J’espère que vous prendrez plaisir à la préparer comme moi j’ai plaisir à vous régaler !

A bientôt pour une autre aventure culinaire !