# ASPERGES VERTES ROTIES, SAUCE AUX FRAISES

RECETTE POUR 2 PERSONNES

30 min

## INGREDIENTS

- 400 g d' asperges vertes
- 15 ml d' huile d'olive
- 1 g de sel
- 1 citron

## MATERIEL

- Un four
- Un couteau
- Une planche à découper
- Un économe
- Un plat allant au four
- Une râpe à grain fin

**1**

Préchauffer le four à 200 °C.

**2**

Laver les asperges.
Couper la base fibreuse pour ne garder que la partie la plus tendre.
Peler les asperges à l'aide d'un économe ou d'un rasoir à légumes.

Garder les épluchures et les queues d'asperges pour les utiliser dans un velouté.

**3**

Disposer les asperges sur une plaque recouverte de papier sulfurisé ou dans un plat allant au four.
Ajouter l'huile d'olive et le sel. Zester le citron à l'aide d'une râpe à grain fin directement au dessus des asperges.
A la main, bien répartir le mélange huile / sel / zestes sur les asperges : elles doivent être enrobées sur toute leur longueur.

**4**

Enfourner à 200 °C pour 20 minutes. En fin de cuisson, les pointes des asperges doivent avoir coloré et être croustillantes.

Pendant ce temps, préparer la sauce aux fraises.

**5** Servir les asperges avec la sauce aux fraises et un trait de votre crème végétale préférée.

BON APPETIT !

Recette par Comme une poule
https://recettes.commeunepoule.com/recette/asperges-vertes-roties-sauce-fraise