

Biseaux d'Asperges au Jambon Blanc

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 1 h 15 min

Ingrédients:

- ASPERGE(S)	4-6 blanches et 2 vertes
- JAMBON CUIT	2 tranches
- BEURRE	15g
- FARINE	15g
- LAIT	100 ml
- CRÈME FRAÎCHE	1 c à soupe
- MOUTARDE	1 pointe de couteau
- NOIX DE MUSCADE	
- SEL	
- POIVRE	



Recette:

- Pelez et coupez les pieds des asperges blanches. Réservez-les dans de l'eau froide.
- Pelez un peu et coupez les pieds des asperges vertes. Réservez-les également dans de l'eau froide.
- Faites bouillir de l'eau salée et plongez-y les asperges blanches entre 15 et 20 minutes suivant leurs grosseurs. Ajoutez les asperges vertes lorsqu'il reste 7-8 minutes. Egouttez et réservez dans de l'eau froide.
- Sur chacune des tranches de jambon, déposez 2 asperges blanches et 1 verte. Roulez-les bien serrées. Réservez
- Confectionnez une béchamel avec le beurre, la farine et le lait. Terminez en introduisant la moutarde et la crème fraîche au fouet. Salez, poivrez et muscadez.
- Dans des coupelles, versez un peu de béchamel.
- Coupez les roulades en biseaux et disposez-les sur la béchamel. Poivrez.
- Placez 45 secondes à 1 minutes au four à micro-onde.

Remarque:

A partir de PL-1790