CUISINE

Vent des Îles, par l'intermédiaire de Kévin, Responsable du Pôle Adultes Seniors Développement Solidaire et Citoyen, vous propose une nouvelle recette de cuisine !

Croustillant d'asperges

Ingrédients (pour 2 personnes)

- **2 feuilles de brick**
- **100 g d'asperges fraîches de préférence**
- **2 fines tranches de jambon ou blanc de poulet**
- **Salade**
- **Huile**
- **Vinaigre**
- **Sel et poivre**

1 Faites cuire les asperges vertes à la vapeur ou à l'eau 10-15 minutes et laissez-les égoutter.

2 Coupez les feuilles de brick en deux, faites de même avec les tranches de jambon.

3 Posez sur chaque 1/2 feuille de brick 1/2 tranche de jambon.

4 Pliez la feuille de façon à faire un grand rectangle.

5 Déposez 3 asperges et rouler de manière à obtenir un cigare.

6 Maintenez en collant au blanc d'œuf ou avec un pic (cure-dent).

7 Faites dorer à la poêle dans un peu d'huile ou au four à 220°C (thermostat 7-8) en ayant préalablement badigeonné d'huile.

8 Servir sur un lit de salade assaisonnée.

Bon Appétit !