

QUENELLES AUX POINTES D'ASPERGES VERTES *et morilles*



Plat



Quenelles



Nb. portions
4



Préparation
40 MIN



Cuisson
45 MIN



INGRÉDIENTS

- 8 quenelles nature Saint Jean (80g)
- 200 g morilles
- 4 asperges vertes
- 1 échalote
- 40 g beurre
- 40 g farine
- 60 cl de lait
- 50 cl de crème fraîche épaisse entière
- 35 ml de bouillon de volaille
- Gros sel

RECETTE PRÉPARATION

Pour la sauce à la volaille : Faire chauffer le beurre, une fois fondu ajouter la farine et mélanger. Afin d'obtenir un béchamel plus légère, verser le lait puis la crème fraîche et ajouter directement le fond de sauce de volaille. Saler et poivrer. Laisser épaissir quelques minutes en mélangeant à l'aide d'un fouet.

Disposer les quenelles dans un plat et les napper de la sauce volaille.
Enfourner 30 minutes dans un four préchauffé à 200°C.

Dans une grande quantité d'eau bouillante salée, faire cuire les asperges puis les rafraîchir avant de les couper en deux. Laver rapidement les morilles. Dans une poêle, faire suer les échalotes épluchées et émincées finement. Ajouter les morilles. Saler et poivrer.

Trois minutes avant la fin de la cuisson des quenelles, ajouter les asperges et les morilles. Terminer la cuisson et servir.

ASTUCE

Décorer de persil frais au moment de servir. Vous pourrez également garder quelques pointes d'asperges de côté pour le dressage.