

Valentine ⚡
SWISS MADE

Recette n°4

FRITES D'ASPERGE

Préparée avec la TF3 de Valentine
par le chef Philippe Ligrón





Valentine vous présente une recette créée par le chef Philippe Ligron

RECETTE N°4

FRITES D'ASPERGE

POUR 4 PERSONNES

Temps de préparation	15 min
Temps de cuisson	5 min

Ingrédients

Asperges vertes ou blanches	240 gr
Farine	60 gr
Œuf	80 gr
Pain sec	80 gr
Crème acidulée 15% matière grasse	120 gr
Ciboulette (ou autre herbe fraîche)	
Sel, poivre	
Fleurs comestibles pour la décoration	4 pièces

Matériel nécessaire

Friteuse Valentine TF3
Papier absorbant
Balance

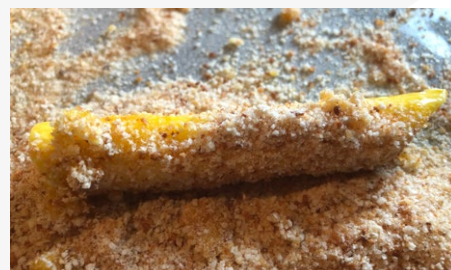
MARCHE À SUIVRE

- Peler et parer les asperges.
- Les couper en tronçons, réserver.
- Râper le pain sec à la râpe ou passer au cutter ménager.



Préparer la sauce crème acidulée:

- Ciseler finement la ciboulette et/ou les herbes fraîches.
- Mélanger à la crème acidulée et rectifier l'assaisonnement. Vous pouvez ajouter des épices moulues comme du curry. Réserver au frais dans un bol de dressage.



- Passez les asperges dans la farine, puis dans l'œuf battu salé, puis dans la chapelure.
- Frire quelques instants jusqu'à obtenir une belle coloration dorée.
- Dressez selon vos envies ou selon le dressage proposé accompagnées de la sauce crème acidulée.
- Bonne dégustation et santé!



LE SAVIEZ-VOUS ?

Et si nous parlions un peu « produit » dans cette recette ?

En effet, au hasard de nos rencontres culinaires avec Valentine, je vous raconte souvent des histoires d'histoire et de traditions culinaires mais si aujourd'hui, nous sortions des sentiers battus pour nous poser d'étranges questions comme savoir qui est cette asperge et quelle histoire elle a ?

Force est de constater qu'une fois de plus on est surpris par ces chemins de vie... Un peu comme chacun !

On retrouve des traces de l'asperge déjà 3000 ans av. J.-C. sur des fresques égyptiennes. Celle-ci était appréciée pour son goût et ses propriétés diurétiques. Les Romains et les Grecs en étaient très friands. Bien sûr, l'asperge fut aussi remarquée pour ses vertus soi-disant aphrodisiaques certainement argumentées par sa forme sans équivoque ! Étrangement, l'asperge semble ne pas être mentionnée dans le capitulaire de Villis... Pas assez prude ?

Elle a très certainement attendu patiemment l'effervescence de la Renaissance pour arriver en Europe et encore, pas par le chemin le plus rapide ; cultivée en premier lieu en Flandre puis elle fit une apparition timide dans nos champs.

Sa culture va se perfectionner au fil des siècles et atteint son apogée à la cour de Louis XIV, grand épicurien et surtout avec son petit fils, Louis XV, pendant le Siècle des Libertins... Madame de Pompadour en fait grand usage pour ses prétendues vertus afin de palier à quelques défaillances révélées par l'insistance insistante de son royal amant, Louis XV. Appelée à cette époque : « Légume royal », « Printemps en tige », « Ivoire à manger » ou « Pointe d'amour », l'asperge a trouvé dans l'aristocratie ses lettres de noblesse.

Répondant à une attente gastronomique, l'asperge fait une entrée discrète en Suisse et se répand dans la partie orientale, sur le plateau et dans le Chablais pour notre plus grand bonheur. Fruit d'un travail permanent de sélection drastique de nos producteurs, l'asperge vous attend de différentes financières culinaires et vous invite à la découvrir aussi par ses différentes variétés.

Aujourd'hui, c'est une version plus ludique et « apéritive » que je vous propose ! Bonne dégustation !