

Saumon aux 2 asperges sauce Gorgonzola, ail et citron

Pour 2 PERSONNES

6 asperges blanches pas trop grosses

4 asperges vertes

1 yaourt grec

10 cl de crème liquide entière

30 gr de Gorgonzola crémeux
poudre

2 gousses d'ail

1/2 citron vert

Huile d'olive

1 bouquet de ciboulette

Fleur de sel - Poivre au moulin



Étapes

- Verser le yaourt grec dans une casserole. Le mélanger avec de la crème liquide, bien mélanger.
- Ajouter un morceau de gorgonzola et commencer à cuire à petit feu en remuant constamment.
- Lorsque le fromage est fondu, laisser refroidir puis verser dans un grand bol.
- Couper le bout des asperges, les éplucher et les couper en tronçons.
- Les cuire au cuit vapeur, 6 minutes, pour les vertes et 10 minutes pour les blanches. Les tenir au chaud.
- Laver le bouquet de ciboulette et la tailler finement à l'aide d'une paire de ciseaux. L'ajouter à la sauce refroidie
- Eplucher les gousses d'ail, les ciseler et les ajouter.
- Saler, poivrer et ajouter un petit filet d'huile d'olive. Mélanger le tout et réserver.
- Retirer la peau du saumon et couper des cubes.
- Mettre un filet d'huile d'olive à chauffer dans une poêle et cuire le saumon à feu vif. Remuer pour que toutes les faces prennent un peu de couleur. Saler légèrement et poivrer.
- Réchauffer la sauce au micro ondes pendant 1 minute.
- Verser ensuite un peu de sauce dans des assiettes creuses, ajouter quelques tronçons d'asperges puis disposer quelques morceaux de saumon dessus
- Arroser le tout de citron vert
- Décorer avec quelques brins de ciboulette servir aussitôt

