



Estelle de Saint Germain

Asperges vertes en papillotes

Ingrédients :

Une botte d'asperges vertes, 1 citron, un filet d'huile d'olive, parmesan, sel et poivre.

Recette :

Préchauffer le four à 180°.

Laver les asperges, couper la partie dure et les éplucher.
Les couper ensuite en tronçons.

Dans un saladier, les mélanger délicatement à l'huile d'olive, au jus de citron, saler et poivrer.

Placer une grande feuille de papier de cuisson sur la plaque du four, mettre les asperges au centre, former une papillote et enfourner 25 min.

Parsemer de parmesan avant de servir.