



Estelle de Saint Germain

Asperges et cabillaud

Ingrédients :

Du cabillaud, 1 kg d'asperges, 2 Malo frais à 0%,
1 c-à-c de moutarde, 1 c-à-s de vinaigre ou citron, noix de
muscade, estragon, cerfeuil ou basilic....

Recette :

Eplucher et couper le pied des asperges et les cuire à la
vapeur ou 15 min dans l'eau bouillante.

Mélanger les fromages blancs avec la moutarde et tous les
épices et aromates.

Cuire le cabillaud vapeur

Servir l'ensemble avec les asperges chaudes ou à
température ambiante.