

Des moments de saveur avec Brunos

Salade d'asperges à la truite fumée



20 minutes



4 portions

Ingrédients

1 dl	de sauce salade Bruno's à l'ail des ours
8	asperges blanches
4	fraises
1	chicorée rouge
1 poignée	de cresson de fontaine
2	filets de truite fumée
50 g	de pousses
1 bouquet	d'aneth
1 CS	d'huile d'olive
	Sel et poivre à volonté

Notre création d'asperges à la truite fumée est un régal pour le palais. La délicatesse des asperges blanches s'harmonise avec la douceur fruitée des fraises, le parfum de l'ail des ours, la note amère de la chicorée rouge et celle fumée de la truite. Cette salade convient à merveille pour les douces journées de printemps.

Préparation

1. Laver et éplucher les asperges blanches et les disposer dans un plat résistant au four. Arroser d'huile d'olive et assaisonner de sel et de poivre. **2.** Cuire les asperges au four préchauffé à 180°C pendant 10 minutes. **3.** Laver les fraises et les couper en quartiers ou en rondelles. **4.** Laver la chicorée rouge entière. Couper et réserver le tiers supérieur des feuilles. Couper les deux tiers inférieurs en deux puis couper en fines lamelles. **5.** Ajouter le cresson de fontaine lavé aux lamelles de chicorée et mariner avec la sauce salade Bruno's à l'ail des ours. **6.** Couper les filets de truite fumée en deux dans le sens de la longueur et disposer chaque moitié sur une assiette. Y disposer ensuite les pousses, les asperges, le tiers supérieur des feuilles de chicorée rouge, la salade de chicorée et de cresson marinée, garnir de fraises et d'un peu d'aneth et poivrer. Pour finir, arroser d'un peu de sauce salade Bruno's à l'ail des ours.

Bon appétit!



brunosbest.ch