UNE RECETTE AU «POÊLE»!

INGRÉDIENTS

- tiges d'asperges vertes
- tiges d'asperges vertes
- pièce Rote Beete oder Ringelbete
- tiges ciboules
- g de tomates séchées
- bouquet Pour la décoration, quelques fleurs comestibles et de jeunes bettes
- bouteille huile de friture
- pincée Sel, table
- g Thomy Französische Mayonnaise

INSTRUCTIONS

Étape 1	Peler les asperges, couper les extrémités ligneuses. Couper ensuite en petits morceaux diagonaux.
Étape 2	Faire chauffer l’huile et un peu de beurre dans une poêle. Y faire frire légèrement les asperges pendant cinq minutes. Couvrir la poêle et cuire doucement à la vapeur pendant encore 5-7 minutes. Assaisonner avec du sel et du poivre.
Étape 3	Peler la betterave jaune (utiliser des gants). Puis râper en fines tranches. Couper les tomates séchées en deux. Nettoyer la ciboule et la couper en rondelles diagonales.
Étape 4	Mélanger la betterave jaune, les tomates et la ciboule avec les asperges préparées. Répartir des fleurs et les jeunes bettes sur les asperges en guise de décoration. Servir avec de la mayonnaise à la française THOMY.