

Asperges et fraises en vinaigrette



Entrée **Facile**

Pour : 4 personnes

Préparation : 15 mn

Cuisson : 10 mn

Si vous aimez le salé-sucré, cette recette est pour vous.

Ingrédients

- 400 g d'asperges blanches
- 6 fraises moyennes
- 4 cs d'huile de colza
- 1 cs de moutarde au cassis
- 2 cs de vinaigre de framboises
- sel
- poivre

Préparation

- 1 Préparer les asperges : les éplucher avec un économètre et les mettre à cuire dans une casserole d'eau salée selon votre habitude.
- 2 Les sortir et les égoutter. Les laisser tiédir.
- 3 Détailler 4 fraises en lamelles et couper le reste en petits dés.
- 4 Faire la vinaigrette dans un petit saladier. Mettre la moutarde, l'huile, bien mélanger. Ajouter ensuite le vinaigre et les dés de fraises. Saler, poivrer.
- 5 Ranger les asperges sur un plat de service et disposer les lamelles de fraise dessus.
- 6 Arroser d'un peu de vinaigrette.

Proposé par



victoryne

je suis retraitée . j'aime cuisiner pour mes proches et amis. Des recettes simples, et d'autres adaptées pour diabétiques dont je fais partie. venez me faire un petit coucou sur mon blog Victorine en cuisine. A bientôt

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

