

Flan d'asperges au surimi



Entrée **Moyen**

Pour : 4 personnes

Préparation : 25 mn

Cuisson : 40 mn

Servez froid accompagné d'une mayonnaise mousseline ou chaud avec par exemple une sauce hollandaise. Une entrée très raffinée qui a eu un franc succès.

Ingrédients

- 4 pour 4 ramequins :
- 500 g d'asperges vertes ou blanches
- quelques bâtonnets de surimi
- un peu d'eau citronnée
- 2 oeufs
- 1 brique de crème fraîche de 20 cl
- ciboulette et persil ciselés
- sel, poivre

Préparation

- 1 Faites cuire les asperges aux micro-ondes dans un plat spécial (tupperware) avec un peu d'eau citronnée au fond, le tout pendant 8 minutes. Gardez quelques pointes pour la décoration.
- 2 Dans votre blender, mettez les oeufs avec la crème fraîche, un peu de ciboulette, de persil, de sel et de poivre. Ajoutez aussi les asperges coupées en morceaux. Mixez et rectifiez l'assaisonnement.
- 3 Beurrez 4 ramequins, coupez des bâtons de surimi en deux dans le sens de la longueur et tapissez en alternant les couleurs sur les bords.
- 4 Versez la préparation dans les ramequins et faites cuire au bain-marie 30 minutes à 150°C. Vérifiez la cuisson avec une lame de couteau.
- 5 Retirez du four et de l'eau, puis laissez refroidir et mettez au frais.
- 6 Au moment de servir, décollez les bords avec un couteau et retournez les flans sur une assiette. Décorez de pointes d'asperges.

Proposé par

Les recettes du Mas du Loup

Retrouvez Laurence sur son [blog "Les recettes du Mas du Loup"](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

