

# Asperges sauce citron recette cookeo



## Asperges sauce citron recette cookeo

**125 CALORIES 4 PP 4 SP**

### **Ingrédients**

500 g d'asperges

200 ml d'eau

### **Pour la sauce citronnée**

200 ml de crème fluide

30 ml de jus de citron

1 cuillère à soupe de moutarde de Dijon

2 pincées de sel

Poivre

## **Préparation**

Epluchez les asperges avec un économiseur en partant de la pointe pour aller vers le talon.

Coupez la partie dure du talon.

Passez les asperges sous l'eau.

Déposez les asperges dans le panier vapeur.

Versez 200 ml d'eau dans la cuve.

Déposez le panier vapeur dans la cuve

## **Cuisson rapide ou sous pression**

Pendant la cuisson préparez votre sauce citronnée

- 200 ml de crème fraîche liquide
- 30 ml de jus de citron
- 1 cuillère à soupe de moutarde
- Sel et poivre selon votre convenance

Programmez 5 mn

Quand les asperges sont cuites laissez refroidir à l'air libre puis 2 h au frigo.

Servez avec la sauce citron