

Asperges à la florentine

Préparation : 10 mn

Cuisson : 20 mn

INGREDIENTS

- 1 botte d'asperges vertes (500 g)
- 1 paquet d'épinards hachés surgelés
- 15 cl de sauce béchamel
- 50 g de parmesan
- sel, poivre
- muscade
- beurre
- 4 œufs (facultatif)



Préparation de la recette :

1. Eplucher les asperges et les cuire dans un grand volume d'eau salée. Egoutter.
2. Faire cuire les épinards. Egoutter.
3. Assaisonner les épinards avec une pincée de muscade.
4. Dans un plat à gratin beurré, déposer les épinards en lit..
5. Par-dessus, aligner les asperges côte à côte.
6. Verser la sauce béchamel.
7. Saupoudrer de fromage et gratiner.
8. Eventuellement, poser les œufs sur les asperges.

Remarque :

Les asperges vertes ont un goût plus prononcé que les blanches. Ces dernières au goût plus fin, ne nécessitent pas de préparation relevée