

Duo de charlottes Potiron & Asperges Coulis de coriandre



Servir en entrée chaude

Ingrédients

400g d'asperges
400g de potiron
25cl crème fraîche
4 œufs
50g de parmesan
Sel et poivre
Curcuma
3CS persil

Pour le coulis

1 botte de coriandre
20 cl crème fraîche
cube Knorr bouquet garni

Préchauffez le four à 180°C.

Faites cuire les légumes à la vapeur pendant 20 minutes.

Mélangez les œufs entiers, la crème fraîche, le parmesan. Salez et poivrez. Séparez ce mélange en deux portions égales. Mixez les asperges avec une moitié, ajoutez le persil. Mixez la deuxième moitié avec le potiron, ajoutez le curcuma.

Versez le mélange dans vos empreintes ou moules et faites cuire 30 minutes à 180°C.



Préparation du coulis

Mixez la coriandre avec la crème. Ajoutez le cube Knorr. Vérifiez l'assaisonnement. Faites chauffer le coulis et en napper l'assiette. Démoulez les flans et décorez avec du persil. Réservez le reste du coulis en saucière.