

# Asperges à ma façon de Sylvie



Préparation : 20 minutes



Cuisson : 30 minutes

## > Ingrédients (pour 4 personnes)

- 16 belles asperges
- 400 g de fruits rouges
- 1 sachet de thé

## > Préparation de la recette

- 1/ Peler et ficeler les asperges.
- 2/ Dans une grosse casserole, faire bouillir 1,5 litre d'eau et y ajouter les fruits rouges et le sachet de thé.
- 3/ Cuire à feu doux pendant environ 1 minutes tout en remuant, puis ajouter les asperges et faire cuire à feu moyen durant 25 minutes.
- 4/ Les asperges sont prête à être servies, ajouter une cuillère d'huile d'olive sur chaque asperge et déguster.



Le Petit Marché de Sylvie  
2661 Chemin de Rechin  
69970 CHAPONNAY

Tél. 06 17 62 45 10  
contact@le-petit-marche-de-sylvie.fr  
www.le-petit-marche-de-sylvie.fr