

# Poêlée d'asperges, pommes de terre et œufs

Bonjour à toutes et tous,

Dans le sud, les premières [asperges](#) ont déjà fait leur apparition sur les étals des primeurs. Des blanches, des vertes, il y a un peu de tout. Si les asperges sont quand même bien prisées, les agriculteurs du magasin paysan m'ont demandé si je ne pouvais pas sortir quelque chose « *qui change des classiques pour inspirer les clients* ». Côté cuisine, si l'on pense aisément à la salade d'asperges (en vinaigrette, en chaud-froid..), ou aux asperges pour condimenter des pâtes, je trouve qu'on en fait rarement un plat gourmand et généreux. C'est pourtant la première « idée » qui m'est venue quand j'ai voulu cuisiner les asperges du magasin paysan. J'avais envie de cette générosité qu'on retrouve dans leurs légumes, de cette simplicité qui fait qu'on apprécie l'ingrédient pour ses saveurs d'ici et pas parce qu'il a une note exotique d'ailleurs.

Sans trop réfléchir en fait, ce plat c'est traduit en une [poêlée gourmande](#) : des asperges, des pommes de terre, de l'ail et du persil du jardin. Et c'est tout. Ah si, deux œufs fermiers « quasi mollets » pour le crémeux. Sincèrement, ce soir là, je me suis régalée : C'est simple, c'est bon, c'est rustique, la persillade sied bien aux asperges et le crémeux des œufs apporte la petite touche gourmandise qui va bien. Agriculteurs ravis.

Je voulais donc vous proposer la recette de cette poêlée asperges pommes de terre et oeufs crémeux, affichée depuis peu au magasin paysan. En espérant qu'elle vous plaise !





- POÊLÉE D'ASPERGES, POMMES DE TERRE -  
& OEUFS «CRÉMEUX»

Poêlée asperges, pomme de terre et oeufs crémeux

---

# Recette : Poêlée asperges, pommes de terre et œufs crémeux

Saison de la recette : Avril à Juin

Temps de préparation : 20 minutes (+temps écalage..)

Temps de cuisson : 30 minutes

---

## Ingrédients

Pour 4 personnes :

- 1 botte d'asperges vertes
- 500 g de pommes de terre
- 8-10 brins de persil
- 2 gousses d'ail
- 3 cuillères à soupe d'huile
- 8 œufs
- Sel, poivr

## Réalisation

- Lavez, épluchez vos pommes de terre, puis coupez-les en morceaux de taille environ 2 cm de côté. Épluchez et hachez l'ail
- Faites chauffer l'huile dans une poêle, disposez les

- pommes de terre et l'ail, puis mélangez pour bien les enrober. Faites les revenir pendant 15 minutes en remuant régulièrement afin que cela n'accroche pas trop.
- Entre temps, lavez vos asperges, retirez le pied puis épluchez à l'économe afin de retirer la peau dure. Coupez en trognons de 3-4 cm de longueur maximum.
  - Faites bouillir un peu d'eau puis faites y cuire vos asperges pendant 5 minutes. Égouttez soigneusement.
  - Ajoutez les asperges à la poêlée. Faites bien revenir 2 minutes à feu vif, puis baissez à feu moyen, couvrez et laissez revenir une bonne dizaine de minutes.
  - Entre temps, préparez vos œufs « crémeux » : pour cela disposez les œufs dans une casserole pleine d'eau, portez à ébullition, laissez 1 minute à l'ébullition, puis sortez la casserole du feu. Écalez délicatement vos œufs puis réservez les à part.
  - Une fois les œufs prêts, lavez puis hachez les herbes puis, ajoutez les à la poêlée avec sel et poivre. Mélangez bien, puis laissez encore 2-3 minutes. Vérifiez alors que tous les ingrédients sont cuits (1) et servez aussitôt.

Servez cette poêlée asperges pommes de terre accompagnée de deux œufs par convive

---

### **Astuces :**

- La méthode de cuisson des œufs peut vous sembler bizarre : c'est normal. En théorie, dans les recettes de cuisine, on conseille de plonger les œufs directement dans l'eau bouillante.. mais cette méthode, j'ai souvent rencontré le problème de coquilles d'œufs fêlées et avec le blanc qui se « fait la malle » avec l'ébullition. (Sans compter l'énergie perdue lors de la mise en température...). Pour éviter cela, je fais partir à froid

et ne laisse les œufs que peu de temps à l'ébullition. Cependant Si vous avez l'habitude de réaliser des œufs crémeux/mollets autrement, n'hésitez pas à utiliser votre méthode classique ☐

- (1) Les temps de cuisson sont indicatifs et pourront varier selon la taille de vos morceaux de pomme de terre ou de vos asperges. Soyez critique et n'hésitez pas à ajuster !
-