

# **FLANS D'ASPERGES AU PARMESAN SAUCE MALTAISE**



**Pour 8 personnes**

**Ingrédients :**

**600 g d'asperges vertes (en bocal ou chez Picard)**

**20 cl de crème fraîche liquide**

**60 g de parmesan râpé**

**4 œufs**

**Ciboulette émincée**

**3 jaunes d'œuf**

**Jus et zeste d'une orange maltaise (ou sanguine)**

**150g de beurre**

**Cuire les asperges surgelées 8 mn à l'eau bouillante et réserver 8 pointes pour la décoration.**

**Mixer les asperges avec la crème puis ajouter le parmesan et les œufs battus. Saler très légèrement et poivrer. Ajouter la ciboulette émincée.**

**Verser la préparation dans des moules Flexipan et cuire environ 20 minutes au four à 150°. (Ou dans des ramequins beurrés au bain-marie.)**

**Pour la sauce, zester l'orange et exprimer le jus. Blanchir 2 minutes les zestes dans une casserole d'eau bouillante.**

**Dans un saucier, cuire les 3 jaunes crevés au préalable avec le jus d'orange. Puis ajouter à la température minimum, 150 g de beurre en petits morceaux puis les zestes.**

**Disposer les flans chauds dans une assiette. Ajouter une tête d'asperge réservée et répartir la sauce maltaise autour.**