

GASPACHO D'ASPERGES

INSTRUCTIONS :

Un repas gourmand et idéal les jours d'activité peu intensive



Instructions pour deux personnes

1. Épluchez les asperges vertes
2. Enfourez les avec les tranches de jambon sec 10 min à 180°
3. Faites chauffer les asperges blanches dans leur eau et mixez le tout
4. Coupez le jambon et asperges en morceaux et parsemez votre assiette

Liste des courses

Ingrédients	Requis	Quantité
Asperges vertes	<input checked="" type="checkbox"/>	8
Asperges blanches	<input checked="" type="checkbox"/>	2 boîtes environ
Jambon sec	<input checked="" type="checkbox"/>	4