



Groene aspergesalade met gepocheerd ei en Parmaham

Lauwe groene asperges met een zacht gepocheerd ei en flinterdunne Parmaham. Een lichte, elegante lente- en zomerschotel die je maag niet belast.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
15'	10'	4	Zomers & luchtig

Ingrediënten

- 500 gr groene asperges
- 4 eieren
- 4 sneetjes Parmaham
- 40 gr parmezaan
- 2 el olijfolie
- 1 el witte wijnazijn (voor het pocheren)

sap van 1/2 citroen

1 handvol rucola

snuifje zout

snuifje peper

Bereidingswijze

1. Breek het houtherige onderste van de asperges af en schil eventueel het onderste stukje.
2. Blancheer de asperges 3 tot 4 minuten in kokend gezouten water tot ze beetbaar zijn. Spoel ze meteen onder koud water zodat ze mooi groen blijven, en laat uitlekken.
3. Breng een pot water met de witte wijnazijn tegen de kook aan (niet laten bruisen). Breek een ei in een kommetje, maak met een lepel een draaikolk in het water en laat het ei er voorzichtig in glijden. Pocheer 3 minuten en schep het eruit met een schuimspaan. Herhaal voor de andere eieren.
4. Verdeel de asperges over vier borden en besprenkel met olijfolie, citroensap, zout en peper.
5. Drapeer de Parmaham losjes tussen de asperges.
6. Leg op elk bord een gepocheerd ei en bestrooi met wat zout en peper.
7. Werk af met wat rucola en geschaafde parmezaan. Serveer lauw.

Tip

Voeg een scheut azijn aan het pocheerwater toe: dat helpt het eiwit sneller stollen zodat het ei mooi bij elkaar blijft.

Lekker met

Geroosterd zuurdesembrood

Dranktip

Een frisse witte bourgogne