



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, geschaafd
2 el olijfolie
1 el witte wijnazijn (voor het pocheren)

sap van een halve citroen
1 handvol rucola
zout
versgemalen zwarte peper

Bereidingswijze

1. Breek het houterige uiteinde van de asperges af en schil indien nodig het onderste stukje.
2. Blancheer de asperges 3 tot 4 minuten in ruim kokend gezouten water tot ze beetbaar zijn. Giet ze af en spoel ze meteen onder koud water zodat ze hun mooie groene kleur behouden. Laat goed uitlekken.
3. Breng een ruime pot water met de witte wijnazijn tegen de kook aan. Het water mag niet volop koken. Breek een ei boven een kommetje. Roer met een lepel een draaikolk in het water en laat het ei er voorzichtig in glijden. Pocheer het ei 3 minuten en schep het eruit met een schuimspaan. Leg op een bord met keukenpapier. Herhaal voor de overige drie eieren.
4. Verdeel de asperges over vier borden. Besprenkel met de olijfolie en het citroensap en kruid met zout en peper.
5. Drapeer de Parmaham losjes over de asperges.
6. Leg op elk bord een gepocheerd ei en kruid lichtjes bij met zout en peper.
7. Werk af met een handvol rucola en de geschaafde parmezaan. Serveer lauwwarm.

Tip

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

Lekker met

Geroosterd zuurdesembrood

Dranktip

Een frisse witte Bourgogne