



Salade de St Jacques et d'asperges vertes

- Par [vision-plaisir](http://www.vision-plaisir.fr)

Vision-plaisir créa et régnât sur..... Stop ! je suis juste un amoureux de la cuisine et des bonnes choses. Je vous conseille cette recette. Simple et qui fera son effet auprès vos convives.

Ingrédients:

- 24 noix de St Jacques
- 32 asperges vertes
- 15g de vinaigre de balsamique
- huile d'olive
- 1 carotte
- 20g d'eau
- sel fin et poivre du moulin
- gros sel
- quelques branches de fenouil ou d'aneth
- pétales de roses blanches non traitées
- pétales d'artichauts cuits (facultatif)



Recette pour: 4 personnes



Réalisation:

Préparer les **asperges vertes** et les faire cuire. On gardera uniquement les **pointes d'asperges** sur une longueur de 5 à 6 cm. Le reste servira soit pour une omelette, soit pour accompagner une salade composée. Ensuite, **réaliser une julienne** de carotte crue. Pour pouvez la mettre dans de l'eau et glaçons pour rendre **la carotte** bien ferme. Mettre à chauffer une poêle **anti adhésive**. Dès qu'elle commence à fumer, y mettre un peu d'huile d'olive et déposer sur une face les **St Jacques**. Assaisonner. Au bout de deux minutes, vérifier qu'elles soient bien dorées. **Retournez-les puis les cuire 1 minute toujours à plein feu**. Eteindre sous la poêle et déglacer avec du **vinaigre balsamique**. Ajouter un peu d'eau puis retirer les St Jacques. Chauffer un peu dans le four micro-ondes les asperges vertes. Dans les assiettes, **déposer les St Jacques**. Vous pouvez ajouter des pétales d'artichauts cuits (non obligatoire). Déposer les pointes d'asperges sur l'assiette. **Parsemer de julienne de carotte** et quelques bruns d'aneth. Ajouter des pétales de roses et d'artichauts. Verser quelques gouttes de jus balsamique se trouvant dans votre poêle. Cette petite entrée sera parfaite pour commencer un repas sous le soleil accompagnée **d'un verre de rosé***.

