



Les plats principaux

Sandwich au saumon, asperge et salade d'œufs

Pour 4 personnes.

Ingrédients

140 grammes saumon (fumé)
12 asperges blanches
1 poignée cresson
4 sandwiches
poivre noir

Pour la salade avocat-œufs

1 cuillère à soupe de yaourt
3 œufs (durs et écrasés)
1 avocat
poivre
sel

Méthode de préparation

Épluchez les asperges et coupez la base dure. Cuisez-les à point 4 minutes dans de l'eau légèrement salée. Retirez la casserole du feu et laissez reposer une quinzaine de minutes dans l'eau de cuisson. Ensuite égouttez-les.

Entretemps mélangez tous les ingrédients pour la salade aux œufs. Salez et poivrez bien. Roulez chaque fois 3 asperges dans une tranche de saumon fumé.

Tartinez les sandwiches avec la salade avocat-œufs, déposez dessus une roulade d'asperges et terminez avec des touffes de cresson. Juste avant de servir faites encore un bon tour de moulin à poivre.

