



# Asperges vertes grillées sauce persillade



## Ingrédients

20 asperges vertes  
4 càs d'huile d'olive  
Sel, poivre

Pour la sauce:

1 tasse de feuilles de persil  
2 citrons pressés  
3 càs d'huile d'olive  
4 gousses d'ail  
Sel selon le goût

Retrouvez toutes  
nos recettes :



4 personnes



30 minutes

## Préparation

1. Casser les bases ligneuses des asperges vertes et les peler légèrement
2. Dans un saladier, mélanger les asperges avec l'huile d'olive, saler et poivrer.
3. Préparer la sauce : mixer les feuilles de persil, l'ail et le jus de citron totalement, filtrer la sauce et mettre dans un bocal fermé, saler et poivrer selon le goût, bien mélanger et réserver au frigo.
4. Déposer les asperges sur la grille du barbecue ou un grill de plancha. Faire dorer pendant 5 minutes puis retourner les et finir de cuire pendant 2 à 3 minutes (en fonction du diamètre des asperges). Elles doivent rester bien croquantes.
5. Déposer les asperges sur le plat de présentation et les arroser de la sauce persil-citron. Servir bien chaud.