

# Tendre poêlée tricolore

4 personnes

431

24 asperges vertes (voir plus)  
4 œufs  
10 cl de vinaigre blanc  
150 g de tomates cerises  
Persil plat, huile d'olive  
Vinaigre balsamique  
Sel et poivre



Coupe les bases des asperges. les peler et les et éponge-les sur du papier absorbant. Casse les œufs dans des ramequins individuels. Dans une casserole, monte 1 litre d'eau à petits frémissements .Ajoute le vinaigre blanc, puis verse les œufs, un à un, délicatement. Laisse cuire 3 mn en veillant à ce que le blanc des œufs recouvre bien le jaune. Dans une poêle, verse un filet d'huile d'olive et ajoute les asperges. Sale, poivre et laisse cuire à feu moyen pendant 2 à 3 mn, puis pendant 7 à 8 mn, à couvert, en mélangeant de temps en temps pour ne pas qu'elles attachent. Laisse tiédir. Récupère les œufs à l'aide d'une écumoire et égoutte-les sur du papier absorbant. Ébarber le blanc qui dépasse, si besoin. Lave les tomates cerises, les essuyer sur du papier absorbant, puis les couper en quartiers. Lave, sèche, effeuille et cisèle le persil. Réserver. Dispose les asperges sur les assiettes, ajoute quelques tomates cerises. Pose un œuf poché sur le dessus. Sale, poivre et parsème le persil. Arrose d'un filet d'huile d'olive et de vinaigre balsamique. Ouvrir l'œuf afin que le jaune s'en écoule. Servir aussitôt.