



ASPERGES

L'Atelier et les explications du Maître d'Hôtel

Sa culture remonte à 3000 ans avant Jésus Christ en Egypte. Les Romains la considéraient comme un met de luxe. Cultivée en France depuis le XV^e siècle, l'**asperge** *Asparagus Officinalis*, légume de printemps par excellence, est une plante potagère originaire de l'est du bassin méditerranéen. À partir de 1805, cultivée en plein champ ou sous châssis dans des aspergeraies, elle fait la réputation d'Argenteuil, non loin de Paris.

Le terme **asperge** désigne aussi ses pousses comestibles provenant de rhizomes d'où partent chaque année les bourgeons souterrains ou turions qui donnent naissance à des tiges s'élevant entre 1 m et 1,5 m. Elle pousse dans les terrains sablonneux à l'état sauvage. Il en existe 12 espèces en Europe dont 4 en France *Asparagus Officinalis*, *Asparagus Acutifolius* très commune dans le midi, *Asparagus Scaber* et *Asparagus Tenuifolius*. Elles sont plus connues sous les noms *Argenteuil*, *Gimlim*, *Grolim*, *Larac*, *de Lauris*, *Pernes les Fontaines*, *Pertuis*, *Prebelle*, *Villelaure*...

L'**asperge blanche** des Landes pousse entièrement sous terre et l'absence de lumière lui donne un goût délicat et très fin.

L'**asperge violette** ou **pourpre** de Provence est une asperge blanche qu'on a laissé échapper de sa butte et dont la pointe devient mauve sous l'effet de la lumière. Elle prend une légère amertume. Elle ne s'épluche pas et devient verte à la cuisson. Elle est savoureuse et fruitée. Elle est plus parfumée que l'asperge blanche.

L'**asperge verte** du Vaucluse pousse à l'air libre et doit sa coloration au processus chlorophyllien sous l'effet de la lumière du soleil. Elle offre une saveur marquée et un bourgeon presque sucré. Il est inutile de l'éplucher avant la cuisson.

L'**asperge sauvage** (nommée en Provence « balai ») est la seule qui pousse à l'état naturel, elle est très rare. Sous forme de petits buissons, totalement verte, elle se ramasse en lisière des bois et au bord des cours d'eau dans les régions méridionales.

Lors de l'achat, l'asperge doit exhaler une agréable senteur d'épi de blé mûr, le toucher doit être à la fois ferme et souple sous le doigt et résistant à la rupture, le talon ne doit pas être trop sec, ce qui attestera d'une cueillette récente. Son goût évoque une saveur d'artichaut. Ajoutons que plus l'asperge est fraîche, plus elle est douce et très peu fibreuse.



Matériel de service:

-un présentoir à asperges

-une assiette chaude de service

-une grande fourchette, une grande cuillère pour composer « la pince », une cuillère à entremets pour la sauce

-une pince à asperges

Ingrédients :

-les asperges - la sauce

Séquences techniques :

1/ Après présentation, poser le présentoir à asperges sur le guéridon. A l'aide de la pince à asperges (ou de la pince fourchette/cuillère) prenez délicatement les asperges et disposez les, têtes à gauche, sur l'assiette chaude de service.

Finition, présentation et service :

Une fois l'assiette servie, proposer les accompagnements (vinaigrette, mayonnaise...pour les asperges froides, sabayon, sauce mousseline... pour les asperges chaudes). La sauce est toujours versée sur la pointe de l'asperge afin de laisser le pied sec de façon à laisser le choix au convive de l'attraper et la manger avec les doigts ou bien avec ses couverts. Un rince-doigts est disposé à la droite de l'assiette.

Temps de réalisation : 1 minute

Niveau de difficulté : *

Intérêt de réalisation face au convive : ***

Astuces « trics et trucs » : Selon leur taille elles peuvent avoir le surnom de « Pitchoune » « Fillette » « Demoiselle » « Bourgeoise »... Pour conserver leur belle couleur et les protéger de l'oxydation, il faut arroser les asperges vertes d'eau glacée juste après les avoir retirées de l'eau de cuisson. Chez soi, on les manger avec les doigts afin de profiter au maximum de leur saveur.



Anecdotes : L'asperge est diurétique, dépurative et légèrement laxative. Très riche en eau et en potassium, elle stimule fortement l'élimination de l'eau par les reins avec une odeur soufrée très particulière.

Fiche réalisée par Denis Courtiade