

RAGOÛT D'ASPERGES

*1 botte d'asperges blanches
1 botte d'oignons nouveaux
1 litre de bouillon de légumes
20g de margarine vegan
1 c. à s. d'huile d'arachide
3 c. à s. de farine
1dl de crème de soja
sel - poivre
persil haché*

Éplucher soigneusement les asperges, en éliminant la base, trop ligneuse. Séparer les pointes des tiges. Porter les épluchures à ébullition, avec l'eau et le bouillon de légumes, pendant une quinzaine de minutes. Filtrer le bouillon et remettre sur le feu 500ml, avec la margarine. A ébullition, ajouter les tiges d'asperges et les faire cuire 10 minutes (ou plus). Ajouter ensuite les pointes dans la casserole, et laisser cuire 5 minutes de plus. Couper les oignons nouveaux en fines lamelles, garder un peu de vert pour la garniture et faire rissoler le reste dans l'huile d'arachide. Délayer la farine dans la crème de soja, puis verser le tout sur les asperges, de manière à lier la sauce. Mélanger les oignons et les asperges, saler, poivrer selon le goût et servir, parsemé de vert d'oignons et de persil.