



FRICASSÉE DE CARDON DE PLAINPALAIS AUX ESCARGOTS, ASPERGES VERTES ET MORILLES



*Le cardon ^{AOP}
dans tous ses états*

RECETTES POUR 4 PERSONNES

*Fricassée de Cardon ^{AOP} de Plainpalais
aux escargots, asperges vertes
et morilles*

PAR

Julien Schillaci

CHEF DU RESTAURANT LA TABLE D'OCHE
À SAINT-PAUL EN CHABLAIS

— INGREDIENTS —

500 g de cardons égouttés
3 douzaines d'escargots
16 pièces d'asperges vertes du canton
200 g de morilles fraîches
1 botte de persil plat
2 gousses d'ail
2 pièces d'échalotes
50 g de beurre doux
50 cl de crème fleurette 35%
10 cl de vin blanc type chasselas
5 cl Huile d'olive

— PRÉPARATION —

PRÉPARATION PRÉLIMINAIRE

Dépointer les asperges vertes
Éplucher les échalotes
Éplucher les gousses d'ail
Equeutter le persil
Nettoyer les morilles
Égoutter les cardons
Ciseler les échalotes
Haché l'ail finement
Haché le persil
Tailler les morilles si nécessaire

CUISSON

Cuire les asperges dans une eau bouillante salé
durant 5 à 6 minutes selon la taille

Faire suer au beurre les échalotes, l'ail et les
morilles et les escargots,
déglacer ensuite avec le vin blanc et verser la
crème, faire cuire à feu doux durant 5 minutes.
Verser le persil haché dans la sauce et rectifier
l'assaisonnement sel et poivre du moulin.

Sauter les cardons à l'huile d'olive dans une poêle
très chaude, et donner une légère coloration
blonde aux cardons, Rectifier l'assaisonnement sel
et poivre du moulin.

— DRESSAGE —

Disposer dans une assiette creuse
les cardons sautés, verser la sauce
morilles et 9 escargots par personnes.
Déposer les 4 asperges vertes





UNION MARAÎCHÈRE DE GENÈVE

En partenariat avec



GETAZ

MIAUTON



regio•garantie

45 route de Base
1258 Perly
umg@umg.ch
www.umg.ch