

# Velouté d'asperges vertes au panko croustillant

durée totale **30 min.** 15 min. temps de préparation 15 min. temps de cuisson

Données nutritionnelles (par portion):  
**2.050 kJ / 490 kcal**

Matières grasses: **30 g** Protéines: **13 g**  
Glucides: **31 g**

## INGRÉDIENTS

2 portions

**500 g** d'asperges vertes  
**200 g** de pommes de terre  
**1** oignon  
**1** gousse d'ail  
**2,5 càs** d'huile d'olive  
**2 càc** de beurre  
**600 ml** d'eau  
**2 càs** [Préparation à diluer à chaud pour soupe Ramen saveur Shoyu \(Sauce Soja\) Kikkoman](#)  
**1 càc** de vinaigre balsamique  
**1 càc** [Sauce soja fermentation naturelle Kikkoman](#)  
**20 g** [Le Panko Kikkoman - la Chapelure croustillante à la japonaise](#)  
**10 g** de parmesan râpé  
**0,5 càc** de poivre noir  
**70 ml** de crème liquide entière  
**1 càs** d'oignon nouveau haché

## PRÉPARATION

### Étape 1

**500 g** d'asperges vertes - **200 g** de pommes de terre - **1** oignon - **1** gousse d'ail - **1 càs** d'huile d'olive - **1 càc** de beurre  
Laver les asperges et couper les extrémités ligneuses. Couper les pointes de trois asperges et les réserver ; couper le reste des asperges en morceaux d'environ 1 cm. Éplucher les pommes de terre et les couper en dés fins. Couper finement l'oignon et hacher l'ail. Faire chauffer l'huile d'olive et le beurre dans une casserole à fond épais. Ajouter l'oignon, l'ail, les pommes de terre et les morceaux d'asperges. Faire sauter le tout pendant 1 minute.

### Étape 2

**600 ml** d'eau - **2 càs** [Préparation à diluer à chaud pour soupe Ramen saveur Shoyu \(Sauce Soja\) Kikkoman](#)  
Ajouter la Base de soupe pour Ramen Kikkoman à l'eau chaude et bien mélanger. Verser le tout dans la casserole de l'étape 1 et laisser mijoter pendant environ 10 minutes.

### Étape 3

**1 càs** d'huile d'olive - **1 càc** de vinaigre balsamique - **1 càc** [Sauce soja fermentation naturelle Kikkoman](#)  
Pendant que la soupe cuit, préparer les pointes d'asperges de l'étape 1. Les couper en fines lanières dans le sens de la longueur. Dans un petit bol, mélanger l'huile d'olive, le vinaigre balsamique et la Sauce soja Kikkoman. Ajouter les lanières d'asperges et laisser mariner pendant 10 minutes.

#### Étape 4

**0,5 càs** d'huile d'olive - **1 càc** de beurre - **20 g** Le Panko Kikkoman - la Chapelure croustillante à la japonaise - **10 g** de parmesan râpé

Faire chauffer l'huile d'olive et le beurre dans une poêle. Ajouter le Panko Kikkoman et faire frire pendant 2 à 3 minutes jusqu'à ce qu'il soit doré. Transférer dans un bol, ajouter le parmesan râpé et bien mélanger.

#### Étape 5

**0,5 càc** de poivre noir - **70 ml** de crème liquide entière - **1 càs** d'oignon nouveau haché

Mixer le velouté jusqu'à obtenir une consistance lisse et assaisonner avec le poivre noir, puis incorporer la crème en réservant 1 c. à s. pour le dressage. Verser le velouté dans deux bols et décorer avec le reste de la crème, les lanières d'asperges marinées de l'étape 3 et l'oignon nouveau. Servir avec le topping au Panko Kikkoman croustillant.