



Flan de espárragos blancos con gel de limón y estragón

Receta de V-ZUG AG



| | |
|-------------------|--|
| Preparación | 40 Min. |
| Tiempo de reposo | 2 H |
| Tiempo de cocción | 45 Min. |
| Porciones | 8 |
| Aparato | CombiSteamer V4000 45 a partir de 2021 |

Delicado flan de espárragos con crujientes crudités: Las puntas de espárrago finamente cortadas, ligeramente marinadas, añaden frescura y textura. El gel de limón y estragón añade un sutil sabor herbal. Un plato que celebra los matices blancos y elegantes de los espárragos y la naturaleza.

Gel de limón y estragón

- 300 ml Zumo de limón
- 100 ml Agua
- 30 g Azúcar
- 7 g Agar-agar
- 10 Ramitas Estragón

Puré de espárragos

- 2 Cucharadita Aceite de girasol
- 2 Chalotas, picadas finamente
- 300 g Espárragos blancos, pelados, puntas de espárragos reservadas, resto en trozos de 1 cm aprox.
- 1½ Cucharada sopera Vinagre de Módena blanco
- 200 ml Caldo de verduras
- 200 ml Nata
- 1 Cucharadita Maicena
- un poco Sal
- un poco Pimienta blanca





Flan de espárragos

3 Claras de huevo
60 g Espárragos blancos, peladas, en dados pequeños
un poco Sal

Sazonar

un poco Vinagre de Módena
blanco
un poco Aceite de oliva
un poco Sal
8 Flores blancas comestibles

Gel de limón y estragón

Poner el zumo de limón, el agua, el azúcar y el agar-agar en un cazo, mezclar bien, llevar a ebullición, removiendo constantemente, reducir el fuego y cocer a fuego lento durante unos 3 minutos. Retirar el cazo del fuego, añadir el estragón, tapar y dejar infusionar durante al menos 10 minutos. Verter el líquido a través de un colador fino en un recipiente ancho y dejar cuajar en el frigorífico durante al menos 2 horas. Poner el gel de limón y estragón en un recipiente alto, hacerlo puré con una batidora de mano hasta que quede suave, verterlo en una manga pastelera y enfriarlo hasta que esté listo para servir.

Puré de espárragos

Calentar el aceite de girasol en una sartén. Saltear las chalotas a fuego medio hasta que estén translúcidas. Añadir los espárragos troceados y rehogar unos 5 minutos. Añadir el vinagre y dejar hervir. Mezclar el caldo de verduras, la nata y la harina de maíz, verter y cocer a fuego lento durante unos 20 minutos. Poner los espárragos y el líquido en una batidora, hacerlos puré hasta que esté suave, sazonar con sal y pimienta. Pasar el puré por un colador fino, dejar enfriar ligeramente, tapar y dejar enfriar.

Flan de espárragos

Precalentar la cámara de cocción a 85 °C con aire caliente con inyección de vapor. Colocar los moldes de ramequin en una bandeja de acero inoxidable perforada. Repartir los dados de espárragos en los moldes. Colocar las claras de huevo y el puré de espárragos enfriado en un recipiente alto, triturar con una batidora de mano y verter en los moldes. Colocar la bandeja en la cámara de cocción precalentada y cocinar durante unos 20 minutos. Retirar y dejar enfriar.

Aire caliente con inyección de vapor 85 °C durante 20 Min.

Presentación





Cortar las puntas de los espárragos en rodajas finas, reservar y marinar en un bol pequeño con vinagre, aceite de oliva y sal. Colocar las puntas de los espárragos marinados sobre las flaneras de modo que estas queden completamente cubiertas de espárragos. Rociar aproximadamente 7-9 puntos de gel de limón y estragón en cada punta de espárrago y decorar con las flores blancas comestibles.

Consejos

Se puede utilizar caldo de espárragos en lugar de caldo de verduras para el puré de espárragos. Para ello, llevar a ebullición la piel de los espárragos y el agua, cocer a fuego lento hasta que el líquido haya adquirido un fino sabor a espárragos y sazonar con sal.

Accesorios

8 moldes de ramequin/moldes para soufflé de aprox. ø6 cm (80 ml de capacidad)

Recipiente de cocción perforado

