

## Fricassée d'asperges vertes au ris de chevreau

Recette de Jean-Jacques Prévôt du restaurant Prévôt à Cavaillon

### Ingrédients pour 6 personnes

1 kg de ris de chevreau (à défaut, des ris de veau peuvent convenir).  
180g de fèves, 600g de grosses asperges vertes  
1 oignon + 1 clou de girofle  
1 feuille de laurier et 1 branche de persil  
20cl de crème fraîche, 150g de parmesan frais râpé  
1 gousse d'ail + 1 toute petite carotte  
10cl de vin blanc sec, 1 pincée de sucre  
20g de beurre, Sel et poivre blanc  
Huile d'olive et vinaigre blanc



### Préparation des ris de chevreau

▶ Laisser dégorger pendant deux jours les ris recouverts d'eau froide avec un filet de vinaigre blanc et renouveler l'eau tous les jours.

### Blanchir les ris

▶ Dans 2 litres d'eau ajouter 20 g de sel, une feuille de laurier, le persil, la gousse d'ail, la carotte épluchée et un oignon piqué d'un clou de girofle et laisser bouillir 2 minutes.

▶ Pocher les ris 3 minutes à frémissement puis les égoutter et les nettoyer de leur peau.

Réserver sur un papier sec.

### Préparation des fèves

▶ Eplucher les fèves et les placer dans une petite sauteuse.

▶ Ajouter de l'eau à hauteur avec une pincée de sucre, de sel et un morceau de beurre.

▶ Couvrir et laisser cuire 3 minutes. Les fèves doivent rester croquantes. Réserver.

### Préparation des asperges

▶ Eplucher les asperges, les cuire dans un grand volume d'eau additionnée de sel et d'un filet d'huile d'olive.

▶ Quand la lame du couteau s'enfonce dans la chaire, elles sont cuites (environ 7 minutes).

▶ Egoutter et couper en gros tronçons. Réserver.

▶ Conserver l'eau de cuisson.

### Sauce

▶ Faire chauffer à sec le vin blanc, puis ajouter 30 cl d'eau de cuisson des asperges, le parmesan râpé, la crème fraîche et laisser réduire pour obtenir une sauce légère.

▶ Rectifier l'assaisonnement.

### Finition

▶ Dans une poêle faire revenir à chaud les ris dans un peu d'huile et du beurre.

▶ Dresser les ris dans les assiettes.

▶ Dans la même poêle ajouter la sauce puis les fèves et les asperges.

▶ Réchauffer un instant puis napper vos ris. A déguster chaud.

**Servir accompagné d'un Château Fontvert Blanc.**

**CHÂTEAU FONTVERT**

Chemin de Pierrouret - 84160 Lourmarin

Tél : +33 (0)4 90 68 35 83 - Fax : +33 (0)4 90 68 35 89 - Email : [info@fontvert.com](mailto:info@fontvert.com)

[www.fontvert.com](http://www.fontvert.com)