 **Clafoutis aux asperges vertes**

 **Pour 6 clafoutis**

**Les légumes :
- 12 petites** [**asperges**](https://recettes.de/asperges) **vertes
ou 75 g de** [**petits pois**](https://recettes.de/petits-pois) **- sel & poivre du  moulin
- 10 g de beurre**

Conserver uniquement la partie tendre des asperges (une moitié environ). Prélever les pointes et couper la tige en petits tronçons (1,5 cm environ).Faire cuire les asperges (ou les petits pois) à l'eau bouillante salée pendant 2 minutes, elles doivent rester un peu croquantes.
Les égoutter et les plonger immédiatement dans de l'eau glacée. Les égoutter.
Les faire revenir dans le beurre chaud. Réserver.

### ****Les clafoutis :- 15 g de farine********- 100 g de crème liquide********- 2 œufs********- 70 g de lait********- 30 g de**** [parmesan](https://recettes.de/parmesan) ****+ un peu********- 1 càs de persil haché********- sel & poivre du moulin****

**1 plaque de 6 empreintes à briochettes en silicone**
**Préchauffage du four à 170°C** 

Mélanger au fouet les œufs, la crème et le lait.
Ajouter la farine, 30 g de parmesan et le persil. Assaisonner.
Répartir les tronçons d'asperges dans les empreintes (ou les petits pois).
Verser l'appareil aux œufs par-dessus. Enfourner pendant 10 minutes.
Sortir les plaques, enfoncer 2 têtes d'asperges sur chaque clafoutis (quelques petits pois).
Saupoudrer de parmesan. Enfourner pour 10 minutes.
Laisser bien tiédir avant de démouler délicatement.