

asperge shot

Ingrediënten:

1 kg asperges

1 mespuntje Espelette peper

1 mespuntje zeezout

Vorbereiding: Schil de asperges en verwijder de harde uiteinden. Verwerk ze direct in de sapcentrifuge. Breng het sap op smaak met een beetje Espelette peper en «fleur de sel» zeezout.

Idee voor garnering: Serveer dit sap bij licht gepocheerde zalm en tagliatelle van groene asperges.

Gezond: Asperge is bloedzuiverend en diuretisch.

Een alternatief: Dit aspergesap kan worden toegevoegd aan een saus om bij uw vis- of wit vleeschotels te serveren.

