

L'œuf de poule poché

crème de fourme de Montbrison et tuile croustillante avec asperges

Printanière, la recette de l'œuf de poule poché sur son lit d'asperges avec sa crème de fourme et sa tuile croustillante à base de fourme de Montbrison constitue une entrée "chaud-froid" gourmande et simple à réaliser. Avantage : elle peut être customisée avec des noix ou des fleurs comestibles. Explications, étape par étape, avec Ludivine Sain, cheffe à La Fouillouse, dans la Loire.

TEXTE **ANAÏS DIGONNET** PHOTOS **FRÉDÉRIC CHAMBERT**



À 33 ans, **Ludivine Sain** vient de fêter ses dix ans à la tête des cuisines de La Route Bleue à La Fouillouse (Loire), restaurant repris avec son associée, Angélique Arnaud en 2012 et récemment récompensé du trophée du meilleur restaurant gastronomique lors de la première édition de "Vos Meilleurs Restaurants de la Loire". Originaire des Bouches-du-Rhône, la cheffe a grandi au Chambon-sur-Lignon. Elle prend beaucoup de plaisir à travailler les assaisonnements avec les épices et les herbes. Adeptes des produits locaux, elle propose une cuisine créative dont l'inspiration provient en majorité de ce qu'elle trouve dans les fermes aux alentours de son établissement, comme la fourme de Montbrison AOP. Elle aime marier ce fromage avec du poisson, de la viande blanche, des légumes, en le transformant aussi bien en une chantilly qu'en une crème ou une tuile croustillante qui vient relever et donner du croquant à un œuf poché sur son lit d'asperges.

Pour 4 personnes **Préparation 15 min Cuisson 3 min**

- 4 œufs • ½ fourme de Montbrison coupée dans la largeur (100 g de cubes pour la sauce, 30 g pour les 4 tuiles, 10 g pour les copeaux du dressage) • 12 asperges vertes
- 150 cl de crème liquide • 100 g de noix • 1 échalote
- Huile de noix • Feuilles de roquette • Fleurs comestibles
- 10 cl de vinaigre blanc • 20 cl de vin blanc • Sel et poivre

1. Épluchez et faites cuire les asperges dans l'eau bouillante salée 5 à 6 minutes selon leur grosseur. Faites-les bien refroidir dans de l'eau glacée pour les garder bien vertes, sortez-les de la casserole et déposez-les sur du papier absorbant.
2. Réalisez la crème de fourme. Faites suer une échalote ciselée, déglacez avec le vin blanc, laissez évaporer. Ajoutez les morceaux de fourme taillés en dés puis incorporez la crème liquide. Mixez au robot plongeur. N'oubliez pas de rectifier l'assaisonnement, mixez et réservez au chaud.
3. Taillez la fourme en tranches de 3 mm environ, mettez sur une plaque avec du papier sulfurisé, parsemez d'éclats de noix et faites cuire à 180°C jusqu'à coloration. Laissez refroidir.
4. Faites bouillir de l'eau dans une casserole avec une cuillère à soupe de vinaigre blanc. Cassez les œufs dans les ramequins. Lorsque l'eau bout, ajoutez délicatement les œufs et laissez cuire 3 minutes, puis à l'aide d'une écumoire déposez-les dans un saladier rempli d'eau glacée pour arrêter la cuisson.
5. Dans une assiette creuse, mettez 2 à 3 asperges par personne et assaisonnez à l'huile de noix, avec du sel et du poivre du moulin. Ajoutez délicatement l'œuf, versez la crème de fourme autour, ajoutez quelques morceaux de fourme et éclats de noix, des feuilles de roquette, des fleurs et déposez la tuile de fourme.

**Étape 1**

“On peut aussi prendre des asperges blanches ou sauvages. Dans tous les cas, ne garder que les têtes et conserver les queues, les tailler en rondelles et en faire une salade d’accompagnement.”

**Étape 2**

“Pour la crème de fourme, il ne faut pas mettre le feu trop fort et attendre une coloration transparente des échalotes. On peut aussi ajouter du beurre et de l’huile d’olive, ainsi que du laurier, du thym, de la marjolaine et de l’oseille pour donner un peu plus de goût.”

**Étape 4**

“Avoir des œufs extra frais qu’on met au frigo la veille pour le lendemain va faciliter le pochage. La coagulation du blanc va se faire rapidement avec le vinaigre, donc il faut baisser le feu dès que l’émulsion se fait. On peut prendre aussi du vinaigre de Xérès au lieu du vinaigre blanc.”

Étape 3

“Le tranchage de la fourme peut se faire au fil ou à la mandoline. Je conseille de saupoudrer les tranches de poudre de féculé car cela permet d’absorber le gras qui remonte du fromage lorsqu’il chauffe et de leur donner un côté plus croustillant.”

**Étape 5**

“Pour le dressage, il ne faut pas hésiter à mettre beaucoup de crème, ajouter des copeaux de fourme crue et des noix pour rendre l’ensemble le plus gourmand possible. Des micro-pousses d’oseille sanguine veinée et des œillets vont aussi apporter de la couleur.”

Secret de cheffe

“C’est une recette qui peut aussi se marier très bien avec des fruits, notamment des framboises.”

“Pour composer la salade à base de queues d’asperge, je conseille de tout mélanger dans un ramequin, d’ajouter de l’échalote crue ciselée, de la fleur de sel, du piment d’Espelette et du vinaigre de Xérès.”