



Anzahl: 4 Personen
Rezeptgruppe: Gemüse
Saison: Frühjahr



Grüner Spargel gebraten

Zutaten

4 Personen

500 g	Spargel grün
1 dl	Olivenöl
½ Bund	Blattpetersilie, gehackt
2	Knoblauchzehen
	(Meer-)Salz, Pfeffer

Zubereitung

Spargel waschen, holziges Ende grosszügig abschneiden. Blattpetersilie waschen, trocknen und kleinschneiden. Die Knoblauchzehen schälen und fein würfeln. Das Olivenöl zusammen mit der Blattpetersilie und dem Knoblauch in ein Gefäss geben, vermengen und mit (Meer-)Salz und Pfeffer abschmecken. In einer grossen Pfanne 1 EL Olivenöl auf mittlerer Stufe erwärmen und den grünen Spargel darin ca. 8 – 10 Minuten rösten. Er darf ruhig noch ein wenig knackig sein. Danach das Olivenöl-Gemisch über die Spargeln giessen und **die Herdplatte auf die kleinste Stufe stellen**. Für ca. 1 Minute mit rösten, bis der Knoblauch leicht gebräunt ist. **Achtung** – Knoblauch nicht zu dunkel rösten, sonst wird er bitter!