

SPARGEL MIT KNOBLAUCH & GEHOBELTEM PARMESAN



Zutaten für 4 Personen:

- 2 kg weißer Spargel
- gekörnte Gemüsebrühe
- 150 ml gutes Olivenöl
- 1 Knoblauchzehe
- 4 Zitronen
- Parmesan nach belieben
- Wahlweise gekochter Schinken und Kartoffeln

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

Zubereitung:

- Spargel schälen und die unteren Enden abschneiden.
- In einem großen Topf so viel Wasser mit gekörnter Gemüsebrühe zum kochen bringen, dass der Spargel damit bedeckt ist. Spargel hinzugeben und etwa 15 Min. bissfest kochen.
- In der Zwischenzeit Knoblauch in feine Scheiben schneiden. In einer Pfanne zusammen mit dem Olivenöl 20-30 Min. langsam köcheln lassen.
- Den Spargel vorsichtig aus dem Topf heben und auf den vorgewärmten Tellern anrichten. Das Öl mit dem Knoblauch über den Spargel gießen. Den Parmesan frisch über den Spargel reiben. Zum Schluss die frisch aufgeschnittene Zitronen darüberträufeln.
- Dazu schmeckt am besten Kartoffeln und gekochter Schinken



Walbecker Spargel

Spargelhof Allofs