

Gebratener grüner Spargel

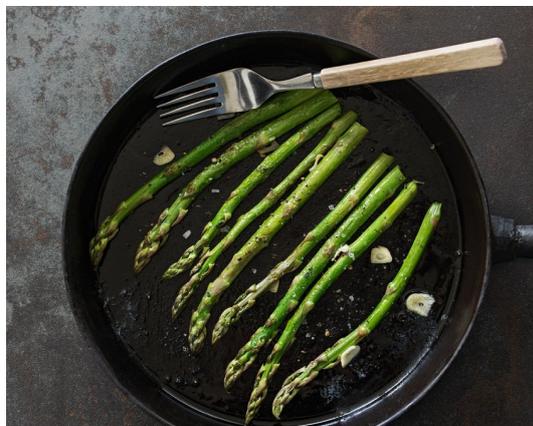
Der gebratene grüne Spargel mit Knoblauch ist ein bekömmliches und schnelles Rezept zur Spargelzeit.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 10 min

Gesamtzeit: 20 min



Zutaten

1 Bund	Grüner Spargel
2 Stk.	Knoblauchzehe
	Olivenöl extra vergine
	Salz und Pfeffer nach Belieben

Zubereitung

1. Um **gebratenen grünen Spargel** zuzubereiten, solltest du zuerst den Spargel waschen und die holzigen Enden abschneiden. Schäle den Knoblauch und hacke ihn fein oder presse ihn durch eine Knoblauchpresse.
2. Erhitze Olivenöl in einer Pfanne und brate den Spargel darin für etwa 4 Minuten. Reduziere dann die Hitze und gib den Knoblauch hinzu. Lass das Ganze bei niedriger Temperatur für etwa 5 Minuten weitergaren.
3. Würze den gebratenen Spargel abschließend mit Salz und Pfeffer und serviere ihn. Gebratener grüner Spargel eignet sich perfekt als Beilage zu Fleisch oder Fisch oder auch als vegane Hauptspeise. Mit diesem einfachen und leckeren Rezept wirst du deinen Gästen garantiert eine Freude bereiten.

Tipp

Wenn du das Gericht noch interessanter gestalten möchtest, kannst du den gebratenen grüne Spargel auch mit gerösteten Pinienkernen, geriebener Parmesan oder Zitronensaft garnieren. Dies verleiht ihm noch mehr Geschmack.