Spargel für Eilige

Mal wieder wenig Zeit, und es muss ein schnelles Rezept her? Kein Problem, der Spargel für Eilige steht in 15 Minuten auf dem Tisch.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 7 min

Koch/Backzeit: 8 min

Gesamtzeit: 15 min

Zutaten

1 Bund	Spargel (weiß oder grün)
0.5 Becher	Sauerrahm
10 dag	Butter
1 TL	Olivenöl
1 Packung	Cocktailtomaten (oder Grünen Salat)

Zubereitung

1. Der **Spargel für Eilige** schmeckt lecker und ist gesund. Als erstes einen großen Topf mit Salzwasser aufsetzen. Den Spargel waschen, von den holzigen Enden befreien und schälen (grünen Spargel nur im unteren Drittel).

2. Anschließend in Streifen von etwa 2 Zentimetern Breite schneiden. Sobald das Wasser kocht, die Spargelstreifen und ein wenig Olivenöl in den Topf geben. Bei niedriger Hitze einige Minuten weich garen lassen.

3. Die Butter in einer Pfanne schmelzen. Die Brösel einrühren und goldbraun anrösten. Den Spargel nach der Garzeit mit einem Sieb aus dem Kochwasser heben, kurz abtropfen lassen. Danach zu den Butterbröseln geben und darin wälzen.

Tipp

Den Spargel für Eilige mit grünem Salat oder Cocktailtomaten genießen.