Grüner Ofenspargel.

30 Min. Vorbereitung | **40 Min.** Gesamtzeit | **leicht** Aufwand

Zutaten für: 2 Portion(en)

700	g	grüner Spargel
2		Knoblauchzehe(n)
200	ml	Weißwein
4	EL	Olivenöl (z.B. Mitakos)
2	TL	Crema di Balsamico Limette (z.B. San Fabio)
		Salz & Pfeffer
40	g	Pinienkerne (z.B. Simply Sunny)
12		Kirschtomaten
12		schwarze Oliven ohne Stein (z.B. Orto Mio)
80	g	frischer Blattspinat
		Baguettebrötchen zum Aufbacken

Zubereitung:

1. Heize deinen Ofen auf 180 °C (Umluft) vor und stell eine Auflaufform oder ein Blech parat.
2. Die grünen Spargelstangen waschen, trocken tupfen und das untere Drittel schälen. Das holzige Ende solltest du abschneiden, dann kannst du den Spargel in die Auflaufform bzw. aufs Blech legen.
3. Knoblauch schälen, in feine Würfel schneiden und zum Spargel geben.
4. Wein, Olivenöl, Crema di Balsamico, Salz und Pfeffer kräftig mit dem Schneebesen aufschlagen. Die Marinade über den Spargel kippen und am besten mit den Händen gleichmäßig über den Stangen verteilen, so dass jedes Fleckchen seine Marinade abbekommt. Dann ab in den Ofen damit – für ca. 20 Min. auf mittlerer Schiene.
5. Währenddessen schickst du die Pinienkerne zum Rösten in eine Pfanne – Fett musst du nicht dazugeben! Kerne immer wieder wenden, bis sie duften. Dann abkühlen lassen.
6. Die kleinen Tomaten waschen, trocken tupfen und halbieren.
7. Die erste Backzeit ist um? Dann landen jetzt die Tomatenhälften und die Oliven in der Form. Gut mit dem Spargel mischen und alles weitere 10 Min. garen.
8. Die Aufbackbrötchen kannst du ggf. einfach dazulegen und wie auf der Verpackung angegeben aufbacken.

PENNY.

Grüner Ofenspargel.

2. Seite / es geht lecker weiter

Zubereitung:

9. Spinat putzen, waschen und trockenschleudern.

10. Der Spargel ist gar? Dann raus aus dem Ofen, Spinat unterziehen und Pinienkerne oben drüber streuen. Mit den Brötchen servieren. Fertig ist dein perfektes Spargelgericht!

PENNY.