

SPARGEL KNUSPERSTANGEN

7 MIN

ZUBEREITUNGSZEIT



15 MIN

GESAMTZEIT

Zutaten

- 1 Rolle Blätterteig
- 250 g grüner Spargel
- 3 EL Olivenöl
- 1 Knoblauchzehe
- 1 TL Pizzakräuter

Zum Bestreuen:

- Sesam
- schwarzer Sesam (oder Schwarzkümmel)



Spargel Knusperstangen aus Blätterteig selber machen - so gehts:

1. Heize den Backofen auf 220°C Ober-/Unterhitze vor.
2. Wasche den Spargel und schneide die Enden ab.
3. Schneide den Blätterteig in Streifen.
4. Umwickel den Spargel mit den Blätterteigstreifen.
5. Mische das Öl mit dem Knoblauch und den Pizzakräutern.
6. Pinsel die Spargel-Blätterteig-Stangen mit dem Öl ein und bestreue sie mit Sesam und Schwarzkümmel. Backe sie für 8 Minuten im Ofen.

Ein Rezept von Familienkost.de



Besuch uns gern wieder auf familienkost.de und stöbere in unserem Shop.

