

## Knackiger Spargel vom Plattengriller



Sei amol g'riasig!

ZUBEREITUNG  
10 min



## Zutaten

FÜR 4 PERSONEN (ALS GEMÜSEBEILAGE)

- 500 g grüner Spargel
- jodiertes Salz
- 1 EL kaltgepresstes Öl  
(z. B. Leindotteröl)

## Zubereitung

- 1 Plattengriller (Toaster) auf höchster Stufe einschalten. Spargel waschen, eventuell holzige Enden abbrechen.
- 2 Ganze Spargelstangen auf den Plattengriller auflegen und Deckel schließen. Für ca. 5 Minuten grillen bis das Grillmuster gut erkennbar ist.
- 3 Spargel vom Plattengriller nehmen, salzen, mit etwas Öl beträufeln und genießen.

## Tipp

Mit einem Spiegelei, Baked Beans und einem guten Stück Bauernbrot wird der Spargel zu einer vollwertigen Mahlzeit. Ansonsten ist er eine fantastische Beilage.