

Würziger Spargel aus dem Backofen

Zutaten für 2 Personen

Zubereitungszeit 30 Minuten

Schwierigkeit einfach

Zutaten

500 g grüner Spargel
2 EL Olivenöl
1 Zitrone
½ TL Kokosblütenzucker
Pfeffer und Salz
1 TL Zwiebel Würzöl oder
Knoblauch Würzöl



Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Spargel waschen und die holzigen Enden abschneiden. Aus Olivenöl, Kokosblütenzucker, Salz und Pfeffer eine Marinade mischen. Den Spargel in eine Auflaufform geben und mit der Marinade vermengen. Die Zitrone in Scheiben schneiden und diese dazugeben. Auf mittlerer Schiene etwa 25 Minuten backen. Anschließend mit dem Würzöl Ihrer Wahl verfeinern.