



Ofen Spargel mit Bärlauchpesto

Rezepte vom LAISEACKER



Zutatenliste (2 Portionen):

500g weißer Spargel, 1 Bund Bärlauch, 5 große Kartoffeln, 70ml Olivenöl, 1 EL Balsamico Essig, 50g Cashewnüsse, 3 EL Hefeflocken, Salz, Pfeffer, Paprikapulver, nach Belieben scharf

Zubereitung:

1. Den Spargel schälen und die holzigen Enden abschneiden. Die Kartoffeln leicht schälen, damit noch etwas Schale übrig bleibt und in Kartoffelecken schneiden.
2. Den Bärlauch in einem Mixbehälter mit Olivenöl, Cashewnüssen, Balsamico Essig, 2 der 3 EL Hefeflocken und Salz und Pfeffer zu einem cremigen Pesto mixen.
3. Den Backofen auf 180°C Umluft vorheizen und den Spargel auf einem Backpapier auslegen. Mit etwas Pesto bestreuen und dann das Backpapier vollständig um den Spargel verschließen. Die Kartoffelecken mit 1 EL Hefeflocken, Paprikapulver und etwas Öl vermischen und zum Spargel auf ein Backblech mit geeigneter Unterlage geben. Im Ofen alles für 25 Minuten backen.
4. Blech aus dem Ofen holen und die Kartoffeln wenden. Die Spargelpackung jetzt öffnen und mehr Pesto über den Spargel geben. Die Packung offenstehen lassen und das Blech nochmal für 15 Minuten in den Ofen geben. Resthitze nutzen. Spargel und Kartoffeln aus dem Ofen nehmen und zusammen mit dem Pesto servieren.

Viele weitere tolle Rezeptideen
finden Sie auf

www.laiseacker.de

Guten Appetit

