



Ofenspargel mit grüner Soße

Zutaten

- 2 kg Spargel
- 0,5 TL MAGGI Klare Gemüsebrühe
- 0,5 TL Zucker
- 500 ml Wasser
- 20 g Butter
- 6 Ei(er)
- 1 large Frankfurter Grüne Soße
- 200 g Naturjoghurt, 3,5% Fett
- 200 g Sahne, sauer
- 1 TL Maggi Würze
- 1 TL Zitronen- oder Limettensaft
- 1 TL THOMY Delikatess-Senf mittelscharf (Tube)
- 1 Prise Pfeffer schwarz
- 4 EL Parmesan, gerieben

Zubereitung

1. Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze (170°C Umluft) vorheizen.
2. Spargel waschen, schälen und in einer Fettpfanne des Backofens gleichmäßig verteilen.
3. MAGGI Klare Gemüsebrühe und Zucker in lauwarmen Wasser auflösen und über die Spargel geben. Butterflöckchen darauf verteilen. Mit Aluminiumfolie fest verschließen und 50-60 Min. im Backofen garen.
4. Eier hart kochen und pellen. 4 Eier halbieren. Die restlichen Eier werden für die grüne Soße verwendet.
5. Für die grüne Soße die Kräuter von den Stielen befreien und in einem Mixer mit Joghurt, saurer Sahne, Würze, Zitronensaft, Senf und Pfeffer pürieren. Zwei Eier fein hacken und unter die grüne Soße heben.
6. Spargel mit dem geriebenen Parmesan, den gekochten Eier und mit der grünen Soße anrichten.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	18 g
Energie	435 kcal
Fett	27 g
Protein	29 g

⌚ 63 Minuten

⊕ 4 Portionen