Rezept

Gegrillter Spargel mit Tomatensauce

Ein Rezept von Gegrillter Spargel mit Tomatensauce, am 29.04.2024

Zutaten

750 g	grüner Spargel
	Pfeffer, frisch gemahlen
250 g	Tomaten
	1/2 Bund Basilikum
	Salz
3 EL	Olivenöl
1	kleine rote Zwiebel
1 EL	Kapern

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 220 kcal

Zubereitung

1. Den Grill des Backofens vorheizen. Den Spargel waschen und die holzigen Enden abschneiden.

2. Spargel in einer flachen hitzebeständigen Form mit Salz, Pfeffer und 2 EL Öl mischen. Im Ofen (oben) unter den Grillschlangen in 10-12 Min. knackig braun grillen. Dabei ein- bis zweimal durchrühren.

3. Inzwischen die Tomaten waschen, putzen und grob würfeln. Zwiebel schälen und grob hacken. Basilikumblättchen von den Stängeln abzupfen. Tomaten, Zwiebel und Basilikum im Blitzhacker mittelfein zerkleinern. Mit dem übrigen Öl und Kapern mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Spargel servieren.