

Rezept

# Marinierter grüner Spargel

Ein Rezept von Marinierter grüner Spargel, am 10.06.2026

## Zutaten

<b>1 kg</b> grüner Spargel	Salz
<b>1</b> Zitronenscheibe	<b>2</b> Lorbeerblätter
<b>2 TL</b> frische grüne Pfefferkörner (ersatzweise eingelegte Körner aus dem Glas)	<b>2 EL</b> Weißweinessig
<b>1 TL</b> je 1 TL rosenscharfes und edelsüßes Paprikapulver	<b>4 EL</b> Rapsöl

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 155 kcal

## Zubereitung

1. Den Spargel waschen, falls nötig schälen und die Enden abschneiden. Wasser mit Salz, Zitronenscheibe und Lorbeerblättern zum Kochen bringen. Den Spargel darin in 6-7 Min. bissfest garen.
2. Pfefferkörner waschen und grob hacken. Essig mit 4 EL Spargelsud und dem Öl verrühren, mit Salz und Paprika abschmecken, den Pfeffer unterrühren. Spargel aus dem Wasser heben, auf einer Platte anrichten und mit der Marinade begießen, 2 Std. ziehen lassen. Mit frischem Weißbrot servieren.