Rezept

Marinierter grüner Spargel

Ein Rezept von Marinierter grüner Spargel, am 08.10.2026

Zutaten

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