

# Spargel aus dem Ofenmeister:

Von Sibylle Hansen, [www.einfachkochenundbacken.de](http://www.einfachkochenundbacken.de), [beraterin-hansen@web.de](mailto:beraterin-hansen@web.de)

## Zutaten:

- ca. 2 kg weißen Spargel, ungeschält
- $\frac{1}{2}$  Zitrone
- ca. 100 g Butter
- Salz, Pfeffer und Zucker



## Zubereitung:

Backofen auf 200°C Grad, Ober- Unterhitze vorheizen.

Spargel schälen und trockenen Ende abschneiden, dabei die Schale aber aufheben.

Die Hälfte der Spargelschale in den Ofenmeister legen und am Rand etwas hochziehen. Den geschälten Spargel darauf legen, mit dem Saft der halben Zitrone marinieren, etwas mit Salz, Pfeffer und Zucker bestreuen und Butter in Stücken auf den Stangen verteilen. Dann mit den restlichen Schalen abdecken und den Deckel des Ofenmeister verschließen.

Den Topf auf mittlerer Schiene in den vorgeheizten Backofen geben und ca. 40 Minuten garen. Kurze Garprobe machen und eventuell die Backzeit nochmal 5 Minuten verlängern.

*(Es kommt immer darauf an, wie dick die Stangen sind und wie weich man den Spargel bevorzugt. Ich habe etwas dickere Stangen genommen und mag ihn auch etwas fester. Da spielt auch die Leistung Eures Backofen eine Rolle. Also einfach nach 40 Minuten testen.)*

Danach die obere Schicht Schalen einfach abheben und entsorgen und den Spargel aus dem Ofenmeister entnehmen und servieren.

**Tipp:** Den Sud der unten im Ofenmeister übrig ist, könnt Ihr als Basis für eine Spargelsuppe nutzen.

Dazu passen perfekt die Schnitzel vom großen Ofenmeister, Sauce Hollandaise und Kartoffeln.



**Sibylle Hansen** selbständige Beraterin für Pampered Chef und Thermomix Repräsentantin im Raum Paderborn, Eichenweg 55, 33178 Borchen, Mobil: 0175 2454 082

Mail: [beraterin-hansen@web.de](mailto:beraterin-hansen@web.de) [www.einfachkochenundbacken.de](http://www.einfachkochenundbacken.de)

