


# Grüner Spargel im Pergament gegart

 30 Minuten

 für 4 Personen

 Hauptspeise

## **Grüner Spargel im Pergament gegart**

1 Bund grüner Spargel  
1 Orange  
50 ml Olivenöl  
30 g Zucker  
10 g Salz

## **Grüner Spargel im Pergament gegart**

Das untere Ende vom Spargel abschneiden und am Fuß abschälen, sodass auch das letzte Holzige weg ist. Den Spargel auf ein Backpapier legen und das Papier mit Hilfe eines Tackers vorsichtig zu einem Päckchen formen, welches von oben noch offen ist. Die Zeste und den Saft der Orange mit dem Olivenöl, dem Salz und dem Zucker abschmecken und anschließend in das Spargelpäckchen geben.

Den Ofen auf 180 °C vorheizen, und den Spargel ca. 10–12 Minuten im Pergament garen. Aus dem Ofen nehmen, vom Pergament befreien und vorsichtig auf einen Teller legen. Zum Schluss mit Pfeffer würzen und fertig ist der Spargel.

