

Grillierte grüne Spargeln mit Tomaten, Pinienkernen und Gruyère AOP



Pour 4 Personen

Préparation : 15 min

Cuisson : 7 min

Zutaten

- 1kg grüne Spargeln
- 250 g Cherrytomaten
- 2 Frühlingszwiebeln
- 4 EL Pinienkernen
- 4 EL Rapsöl
- Salz und Pfeffer
- Gruyère AOP (lieber salzig)

Zubereitung

Spargeln kürzen und in 4-5 cm lange Stücke schneiden.

Die Cherrytomaten halbieren, die Frühlingszwiebeln rüsten und in feine Ringe schneiden.

Das Stück Gruyère AOP mithilfe eines Schälers/einer Mandoline in Späne schneiden, beiseitestellen.

Etwas Öl in die Bratpfanne geben und erhitzen. Die Spargeln beifügen, mit Salz und Pfeffer würzen, öfters umrühren.

Die Frühlingszwiebeln und die Tomaten dazugeben, erhitzen und ca. 5 bis 7 Minuten köcheln lassen. Die Spargeln auf einem Teller anrichten, Pinienkerne und Gruyère AOP-Späne darüberstreuen.

Tipps !

- Je nach Lust und Laune noch eine Handvoll Rucola dazugeben.
- Dazu passen kleine Bratkartoffeln oder feines Brot vom Bäcker