

Erdbeer Spargel Dessert

Zutaten für 4 Personen

Zubereitungszeit 30 Minuten

Schwierigkeit normal

Zutaten

300 g Spargel
300 g frische Erdbeeren
2 EL Kokosöl
2 EL Vanille-Mandel Würzöl
2 TL Rohrockzucker oder
Kokosblütenzucker
frische Minze



Zubereitung

Den Spargel schälen und blanchieren. In kaltem Wasser abkühlen und in Rauten schneiden. Die Erdbeeren waschen, putzen und vierteln. Den Spargel in 2 EL Kokosöl anbraten. Etwas braunen Zucker hinzugeben. Dann die Erdbeeren für kurze Zeit (dürfen nicht matschig werden) mitbraten. Von der Kochplatte nehmen und mit Mandel-Vanille Würzöl beträufeln. Vor dem Servieren verleiht frische Minze in Streifen den besonderen Geschmack.

Hinweise

Noch ein Tipp: Wer es scharf liebt, kann zusätzlich mit Chili Würzöl abschmecken.