

# Gebratener Spargel

Zutaten für 4 Personen

**Zubereitungszeit** 20 Minuten

**Schwierigkeit** einfach

## Zutaten

- 600 g Grüner Spargel
- 600 g Weiße Tagliatelle
- 1 TL Kokosblütenzucker oder Rohrzucker
- 1 EL Kokosöl
- 1 TL Basilikum Würzöl
- 1 Prise Salz und Pfeffer



## Zubereitung

Den Spargel schälen und blanchieren. In kaltem Wasser abkühlen, so dass er seinen Biss behält. Derweil die Nudeln al dente kochen. Das Kokosöl in der Pfanne erhitzen. Den Spargel in Rauten schneiden, dazugeben und kurz anbraten. Die Tagliatelle abgießen, zum Spargel geben und in der Pfanne einige Male schwenken. Nach Geschmack kann das Gericht auch mit Sahne oder Joghurt (nur sehr kurz vor dem Servieren in die Pfanne geben) verfeinert werden. Eine Prise braunen Zucker hinzufügen und mit Basilikum Würzöl, Salz und Pfeffer abschmecken.

## Hinweise

Tipp: Köstlich passt dazu ein Tomaten-Zwiebel-Salat, der mit Basilikum Würzöl, Salz und schwarzem Pfeffer abgerundet wird.