


Grüner Spargel mit grilliertem Bauernspeck & Zitronenmayonnaise



Meine Wahl.

 Gesamtzeit: 15 min

 Aktivzeit: 15 min

 Einfach



Zutaten

für 6 Personen

- 300 g** Bauernspeck vom Schweizer Schwein, in dünnen Scheiben
- 500 g** dünner grüner Spargel
- 1** Bio-Zitrone
- 3 EL** Mayonnaise
- Pfeffer aus der Mühle
- 3 Zweige** Kerbel

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

- 330** kcal
- 11 g** Eiweiss
- 3 g** Kohlenhydrate
- 29 g** Fett

 Glutenfrei

 Laktosefrei

Zubereitung

- 1** Die holzigen Spargelenden abschneiden. Spargeln waschen, mit je einer Scheibe Bauernspeck locker umwickeln.
- 2** Zitrone heiss abwaschen. Schale fein abreiben und eine Zitronenhälfte auspressen. Mayonnaise mit Zitronensaft und Schale verrühren und mit Pfeffer würzen. Kerbel von den Stielen zupfen, grob hacken und unter die Mayonnaise rühren.
- 3** Spargel auf dem Grill bei mittelstarker Hitze 3–4 Minuten grillieren und mit der Mayonnaise servieren.