

Asparagi verdi all'olio di semi di zucca stiriano IGP



Antipasto

Tipo di
ricetta



20 Minuti

Preparazione



Facile

Difficoltà



Ingredienti per 6 persone

1 kg di asparagi verdi
6 cucchiaini da tavola di olio di semi di
zucca stiriano IGP
2 cucchiaini da tavola di aceto balsamico
Sale
Pepe
1 pezzo di parmigiano

Preparazione

Se necessario, sbucciare la parte finale degli asparagi e cuocerli a fuoco lento per circa 3-5 minuti in acqua salata finché non sono al dente. Scolare e distribuirli su un piatto preriscaldato. Preparare la marinata unendo l'olio di semi di zucca, l'aceto balsamico, il sale e il pepe e versarla sugli asparagi. Cospargere abbondantemente di parmigiano a scaglie.

**Ricetta di Gemeinschaft Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.
/ Foto: Stefan Kristoferitsch**