

## Gebratener grüner Spargel asiatisch

**Zutaten** für 2 Personen

1 EL Sesam

1 EL Öl, (Erdnussöl)

2 Knoblauchzehen

1 TL Ingwer

500 g Spargel, (grün, dickere Stangen)

$\frac{1}{2}$  TL Pfeffer, (schwarz)

$\frac{1}{2}$  TL Zucker

1 TL Sesamöl

2 EL Sojasauce, (dunkle)

### **Zubereitung**

Sesamkörner ohne Fett goldbraun rösten, Knoblauch fein hacken und den Ingwer reiben. Das untere Drittel des Spargels schälen und diesen in 1,5 cm Stücke schneiden. Das Erdnussöl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch, Ingwer und Spargel ohne die Spitzen hineingeben. Bei starker Hitze unter Rühren anbraten. Die Spargelspitzen zufügen, mit Pfeffer (aus der Mühle) und Zucker sowie Sojasauce würzen. Den Deckel auflegen und bei kleiner Hitze bissfest garen. Mit den Sesamkörnern bestreuen, evtl. mit zusätzlich etwas Sesamöl abschmecken.