

# Kuhre

*Einkaufen auf dem  
Bauerhof*

## Gedünsteter Spargel

### Zutaten

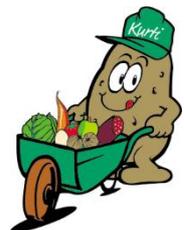
- 1 kg Spargel
- Olivenöl
- gehackte Petersilie
- etwas Parmesan

### Zubereitung

Den Spargel schälen. In einem Topf Olivenöl auslassen. Etwas Salzwasser dazugeben.

Darin den Spargel 20 Minuten dünsten.

Den Spargel herausnehmen, mit Petersilie und Parmesan bestreuen.



Empfohlen vom Hofladen Kuhre in Herzebrock-Clarholz

[www.hof-kuhre.de](http://www.hof-kuhre.de)  
Telefon: 05245-3590