



Köstliche Spargelpäckchen aus dem Ofen

⌚ Preparation time: 20 minutes
Cooking time: 30 minutes
Total time: 50 minutes

👤 Portions: 2

Zutaten (2 Portionen)

- 10 Stangen weißer Spargel (ca. 550 g gesamt, mittlere Stärke/nicht zu dick)
- 6 Stück/170 g kleine Kartoffel (Drillinge, festkochend)
- 6 Stück/ 75 g Snackmöhren/kleine Möhren
- 4 Frühlingszwiebeln
- 6 Cocktailtomaten
- 65 g Margarine + 15 g Margarine für das Anrösten der Brösel
- 1 kleine Knoblauchzehe, gepresst + mehr Knoblauch nach Geschmack
- 2 EL Weißwein (kann ersatzlos entfallen, schmeckt aber köstlich)
- 1-2 TL Zitronensaft
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer
- 1 TL Agavendicksaft
- 1 kl. Bund frische Petersilie
- 25 vegane Semmelbrösel (gibt es auch glutenfrei im Supermarkt zu kaufen, für eine glutenfreie Version oder ersetze die Semmelbrösel durch geröstete, zerstoßene Cashewkerne, die du dann nicht mehr in Margarine anröstest)
- Optional: 1 EL Pinienkerne, geröstet und zerstoßen/geschreddert

Außerdem: 2 Blätter Backpapier sowie Bratgarn/Kochgarn zum Zubinden der Spargel-Päckchen

Zubereitung (20 Minuten Zubereitungszeit + 30-35 Minuten Backzeit)

1. Weißen Spargel schälen und holzige Enden wegschneiden. Kleine Kartoffeln waschen und in Scheiben oder kleine Stücke schneiden. Snackmöhren waschen und halbieren oder vierteln (je nach Größe). Frühlingszwiebeln waschen, die Wurzel abschneiden, einkürzen und halbieren. Cocktailtomaten waschen und halbieren.
2. 65 g Margarine im Topf schmelzen lassen. Gepressten Knoblauch, 2 EL Weißwein, 1-2 TL Zitronensaft, eine Prise Salz, Pfeffer & Agavendicksaft unterrühren.
3. Ofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze (oder 180 Grad Umluft) vorheizen.
4. Jeweils 5 Spargelstangen mittig auf ein Backpapier legen. Zu gleichen Teilen das vorbereitete Gemüse hinzufügen. Das Backpapier wie "kleine Boote" um die Füllung herum drapieren und die Enden mit Kochgarn zusammenbinden.
5. Spargelpäckchen in eine Auflaufform legen (wegen eventuell austretender Flüssigkeit). Spargel und Gemüse zu gleichen Teilen mit der vorbereiteten, gewürzten Margarine übergießen. Wer möchte, kann noch etwas mehr geschälten/aufgeschnittenen Knoblauch hinzu geben. Dann das Backpapier über das Gemüse ziehen, so dass die beiden Päckchen auch oben geschlossen sind.
6. Spargelpäckchen bei 200 Grad Ober- und Unterhitze (oder 180 Grad Umluft) 30-35 Minuten backen (je nach Spargeldicke).
7. Während der Backzeit 25 g Semmelbrösel mit 15 g Margarine in einer Pfanne anrösten, salzen, optional mit den zerstoßenen, gerösteten Pinienkernen vermischen und bereit stellen. Etwas frische Petersilie waschen und hacken.
8. Spargelpäckchen aus dem Ofen holen und mit einer Gabel kurz prüfen, ob der Spargel weich genug ist.
9. Spargel mit frischer, gehackter Petersilie und Semmelbröseln bestreut sofort servieren. Guten Appetit!