

## Szparagi zielone smażone z czosnkiem



### HABIBI



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
15 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
3 - 4

### SKŁADNIKI

<b>szparagi zielone</b>	1/2 kg
<b>oliwa</b>	2-3 łyżki
<b>Sól morska jodowana drobnoziarnista Prymat</b>	
<b>czosnek</b>	2-3 ząbki
<b>masło</b>	2-3 łyżki

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

#### Kroki postępowania

- KROK 1 Szparagi umyć, osączyć, obłamać im zdrewniałe końcówki.
- KROK 2 Na patelni rozgrzać oliwę, obsmażyć szparagi, posolić.
- KROK 3 Podlać gorącą wodą (nie powinna sięgać wyżej, niż do połowy szparagów), nakryć pokrywką i podduśić 3-4 minuty - odkryć, dodać wyciśnięty czosnek, wymieszać i odparować
- KROK 4 Na koniec dodać masło i mieszać do rozpuszczenia i lekkiego zrumienienia.
- KROK 5 Podawać z ziemniakami i koperkiem (świetnie pasuje też jajko sadzone) lub jako dodatek do ziemniaków z sosem.