Nah&Frisch



www.salinen.com Professional

Gegrillter Spargel mit Süßkartoffel und Salztopping

Hauptspeise Gartenparty Gemüse Grillen Vegetarisch

Zubereitung

Schwierigkeit: ●●●○○

Die Süßkartoffeln der Länge nach halbieren und die Schnittfläche mit dem BAD ISCHLER 7 Kräuter Salz sowie dem Olivenöl würzen. Danach die beiden Hälften wieder zusammen „kleben“ und in Alufolie einwickeln. Die Süßkartoffel einfach in die Glut des Grills legen und ca. 80 Minuten lang garen lassen. Die Schale wird etwas verbrennen, aber keine Angst! Diese wird nicht mitgegessen. Nach Ablauf der Zeit raus nehme und aus der Folie wickeln und die beiden Hälften auf den Teller legen, Cottage Cheese drauf verteilen und erneut mit etwas BAD ISCHLER 7 Kräuter Salz nachwürzen.
Für den Spargel, die hinteren 3 cm wegschneiden und mit dem Olivenöl sowie dem BAD ISCHLER 7 Kräuter Salz würzen. Ca. 15 Minuten auf dem Griller garen.
Tipp: Wer mag, kann die Süßkartoffeln ebenfalls am Vortag vorbereiten und im Kühlschrank ziehen lassen. Dadurch zieht der Geschmack des Salzes noch besser ein!

Zutaten

- 2 Stk. große Süßkartoffel mit ca. 250 - 300g
- ½ TL BAD ISCHLER
- 7 Kräuter Salz
- 1 TL Olivenöl

Grüner Spargel:

- 1 Bund grüner Spargel
- 1 TL Olivenöl
- ½ TL BAD ISCHLER 7 Kräuter Salz