



## Rezeptidee April:

### Ofen-Spargel mit Zitronenmelisse-Pesto und Bresaola

#### ZUTATEN für 4 Portionen:

##### Spargel

1 kg frischer Spargel, mittelstarke gleich große Stangen

feines Meersalz

1 TL feiner Zucker

50 g Butter in Flocken

##### Pesto

2 Bund Zitronenmelisse

1 EL geröstete, gemahlene Mandeln

80 ml Rapsöl, kalt gepresst

frisch gemahlener weißer

Pfeffer

##### Beilage

200 g fein geschnittene

Bresaola, ersatzweise

Bündner Fleisch

**ufop**

Union zur Förderung  
von Öl- und Proteinpflanzen e. V.

Herausgeber:

UFOP e. V.

Claire-Waldoff-Straße 7

10117 Berlin

Telefon 030/31 90 4-2 02

Telefax 030/31 90 4-4 85

E-Mail [info@ufop.de](mailto:info@ufop.de)

[www.ufop.de](http://www.ufop.de)



#### Und so geht's:

##### Spargel:

Den Backofen auf 150° C Umluft vorheizen. Die Spargelstangen schälen und die Enden abschneiden. Die Stangen nebeneinander in eine Auflaufform legen, salzen, leicht zuckern und mit Butterflocken belegen. Die Auflaufform fest verschließen (entweder mit einem Deckel oder mit Alufolie umwickeln) und auf der untersten Schiene im Backofen je nach Stangenstärke 45 – 55 Min. garen.

##### Pesto:

Zitronenmelisse waschen und gründlich trocknen. Die Blätter von den Stielen zupfen und grob schneiden. Die Blätter zusammen mit Mandeln und dem Rapsöl pürieren, dann mit Salz sowie Pfeffer abschmecken. Den Spargel zusammen dem Pesto sowie Bresaola servieren.



Copyright: UFOP

Pressekontakt: WPR COMMUNICATION GmbH & Co. KG • Anja Gründer  
Schulstraße 25 • 53757 Sankt Augustin  
Tel.: 02241-234070 • Fax: 02241-2340710 • E-Mail: [gruender@wpr-communication.de](mailto:gruender@wpr-communication.de)

**INFORMATION**  
Union zur Förderung von Öl- und Proteinpflanzen e. V.