

Parmesan-Knusperspargel mit Joghurt-Dip



So wird's gemacht:

Zunächst den Dip vorbereiten. Petersilie und Bärlauch waschen und fein hacken. Elinas Joghurt nach griechischer Art mit den Gewürzen und den Kräutern vermengen und abgedeckt 30 Minuten ziehen lassen.

Derweil den Spargel vorbereiten. Backofen auf 200 °C Umluft vorheizen. Spargel waschen. Eier verquirlen, salzen und pfeffern.

Panko- (oder Panier-)Mehl mit Parmesan und Gewürzen gut vermengen. Masse auf einen flachen Teller geben. Die Spargelenden abschneiden und den Spargel in der Eimasse wenden, anschließend in der Parmesanmasse wenden und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech geben. So fortfahren bis alle Spargelstangen paniert sind. Spargel für 15-25 Minuten goldbraun backen. Aus dem Ofen nehmen und mit dem Joghurt-Dip servieren.

Einkaufsliste:

4-6 Portionen
700 g grüner Spargel
3 Eier
1 TL Meersalz
½ TL groben schwarzen Pfeffer
100 g Pankomehl (Paniermehl)
60 g geriebenen Parmesan
1 TL Paprikapulver
3-4 Blätter gehackten Bärlauch

Für den Joghurt-Dip:
150 g Elinas Joghurt nach griechischer Art
6-8 Blatt Bärlauch
1 TL Meersalz
1 TL groben schwarzen Pfeffer
1 EL gehackte Petersilie