
Szparagi po maltańsku

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 2180 razy.

wiązka szparagów (około 300g),

5 cienkich plasterów szynki,

3 pomarańcze z cienką skórką,

1-2 łagodne cebule,

czarne oliwki,

koperek,

2 łyżki oliwy sól,

Szparagi oczyścić , związać w pęczki, gotować 20 minut w osolonym wrzątku. Szparagi odsączyć ostudzić .

Dwie pomarańcze sparzyć , dokładnie umyć i osuszyć , pokroić razem ze skórką w cienkie plasterki.

Cebulę obrac pokroić w krążki.

Z trzeciej pomarańczy wycisnąć sok, wymieszać z solą i oliwą na sos. Pęczki szparagów owinąć plasterkami z szynki, ułożyć na półmisku na przemian z plasterkami

pomarańczy i krążkami cebuli.

Potrawę udekorować oliwkami i gałązkami koperku.

Sos podać oddzielnie w sosjerce.