

Gebratene Spargelbrokkoli mit Sesamsauce

Zutaten für 4 Portionen:

2 Bund Spargelbrokkoli
2 EL Olivenöl
2 ganze Frühlingszwiebeln
Saft von ½ Zitrone
6-8 Stiele Dill
Salz und Pfeffer

Sesamsauce:

1 EL Tahini
2 EL griechischer Joghurt
Saft von ½ Limette
1 TL Honig

Zubereitung:

Den Spargelbrokkoli vorsichtig putzen, 6-8 Minuten bei mittlerer Hitze mit dem Olivenöl in der Pfanne anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden. Zusammen mit dem Spargelbrokkoli in einem tiefen Servierteller anrichten und mit dem Zitronensaft beträufeln.

Für die Sauce alle Zutaten in einer Schüssel verrühren, bis eine homogene Konsistenz entsteht. Wenn nötig zum Verdünnen 2 EL Wasser unterrühren.

Die Sauce über das Gemüse geben. Mit Dill bestreuen. Wenn nötig mit Salz und Pfeffer noch etwas nachwürzen.