

## Ingrédients

Asperges en pointes ou régulières (1 botte d'asperge)  
2 c. à soupe d'huile d'olive  
1 gousse d'ail hachée  
1/2 oignon rouge haché finement  
Une pincée d'origan, de basilic et de thym  
Sel et poivre  
Parmesan au goût

Temps de préparation : 5 minutes

Temps de cuisson : 10 minutes

Nombre de portion : 6

## Préparation

Préchauffer la poêle à haute température.

Faire revenir l'oignon et l'ail dans l'huile.

Déposer les asperges et brasser régulièrement jusqu'à ce que les asperges brunissent.

Ajouter les épices et juste avant de les retirer, saupoudrer de parmesan et servir.



Asperges grillées

VALMONT

Depuis 1958