

Asparagi grigliati con condimento alla menta e limone



Ingredienti (per 1 porzione)

250 g di asparagi

1 limone piccolo

2 cucchiaini di olio extra vergine di oliva Bio, Logico Despar

qualche fogliolina di menta fresca

1 pizzico di sale

Procedimento

1. Dopo aver eliminato la parte legnosa del gambo, ungo gli asparagi con l'olio.
2. Scaldo bene una bistecchiera ma senza arroventarla, adagio gli asparagi e li cuocio per circa 7 minuti rigirandoli con una pinza.
3. Li salo leggermente, spezzetto sopra qualche fogliolina di menta, dispongo sugli asparagi qualche fettina di limone e servo immediatamente.