

SALTEADO DE ESPÁRRAGOS, TOMATES Y PUERRO

Ingredientes para 2 personas

- 1 manojo de espárragos frescos
- 200 gr de tomate cherry
- 1 puerro
- 1/2 cucharadita de orégano seco
- Varias hojas de albahaca fresca
- Sal y pimienta al gusto
- 2 cucharadas de aceite de oliva virgen extra

Preparación

1º. Corta los espárragos quitando la parte mas gruesa y luego en tres trozos, lo pones a cocer al vapor durante unos 3 minutos, enfría con agua y reservas.

2º. Corta los tomates cherry en dos y el puerro en rodajas finas, y los pones a rehogar unos cinco minutos en una sartén con el aceite de oliva a fuego medio.

3º. Agrega los espárragos que tienes reservados, deja rehogar otros dos minutos, que los espárragos queden al dente.

4º. Añade el orégano la sal y la pimienta a tu gusto, por último las hojas de albahaca y listo.

FUENTE: WWW.TERERECETAS.COM/