Šparoge u foliji s Hollandaise sosom

Sastojci

- 750 g šparoge
- 2 g so
- 2 g šećer
- 1 paket THOMY Hollandaise umak

Uputstvo

1. Zagrijte rernu na 200°C u režimu s ventilatorom (170°C na ventilatorskom načinu rada).

2. Operite, ogulite i odsijecite drvenaste krajeve šparoga. Isijecite papir za pečenje na 4 jednaka kvadrata (otprilike 30 x 30 cm), preklopite po 2 lista i rasporedite šparoge preko njih. Začinite solju i šećerom.

3. Prelijte šparoge THOMY Hollandaise sosom. Presavijte papir za pečenje u paketiće i zavežite kuhinjskim koncem. Pecite oko 30 minuta, zavisno od debljine šparoga.

Hranjiva

Ugljikohidrati	16.22 g
Energija	291.37 kcal
Masti	23.19 g
Bjelančevine	9.15 g

45 miuta

2