

Blätterteig-Spargel mit Frischkäse

Gesamtzeit **30 Min.** 10 Min. Vorbereitungszeit 20 Min. Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
3.945 kJ / 945 kcal

Fett: **68 g** Eiweiß: **18,5 g**
Kohlenhydrate: **69 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

1 Bund	grüner Spargel
1 EL	<u>Kikkoman geröstetes Sesamöl</u>
2 EL	weißer Sesam
200 g	Blätterteig
130 g	Frischkäse natur
4 EL	<u>Kikkoman Teriyaki BBQ Sauce mit Honig und Rauchgeschmack</u>
1 EL	schwarzer Sesam
1	Ei

ZUBEREITUNG

Schritt 1

1 Bund grüner Spargel - **1 EL** Kikkoman geröstetes Sesamöl - **2 EL** weißer Sesam

Spargel waschen und die holzigen Enden (2–3 cm) abbrechen oder abschneiden. Bei dicken Stangen den unteren Teil vorsichtig schälen. Trocken tupfen, mit Kikkoman Sesamöl bestreichen und in weißem Sesam wenden.

Schritt 2

200 g Blätterteig - **130 g** Frischkäse natur - **2 EL** Kikkoman Teriyaki BBQ Sauce mit Honig und Rauchgeschmack

Frischkäse mit Kikkoman Teriyaki BBQ Sauce Honig vermischen und auf dem Blätterteig ausstreichen. Den Teig in 4 lange Streifen schneiden und jeden Streifen um einige Spargelstangen wickeln.

Schritt 3

1 EL schwarzer Sesam - **1** Ei - **2 EL** Kikkoman Teriyaki BBQ Sauce mit Honig und Rauchgeschmack

Die Spargel-Päckchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Mit verquirltem Ei bestreichen und mit schwarzem Sesam bestreuen. Bei 200 °C ca. 20 Minuten backen. Mit Kikkoman Teriyaki BBQ Sauce Honig servieren.