

**Libreta:** Verduras  
**Creado:** 26/03/2018 22:10  
**URLOrigen:** <http://www.tranbel.com/esp%c3%a1rragos-verdes-a-la-plancha.html>

---

## Espárragos verdes a la plancha

### INGREDIENTES

4 espárragos verdes  
Sal gorda,  
Aceite de oliva virgen

### PREPARACIÓN

Lavar los espárragos y quitarle sus extremos duros y fibrosos.

Calentar una plancha con un poco de aceite de oliva a fuego vivo, cuando empiece a humear el aceite, bajar el fuego a la mitad y poner los espárragos que dejaremos dorar por todas partes.

Servir caliente con sal gorda por lo alto