



Maggi

Šparoge sa zelenim Hollandaise umakom

Sastojci

- 1 kg šparoge (zelene)
- 0.5 tsp šećer
- 20 g maslac
- 1 paket THOMY Hollandaise umak
- 4 tsp nasjeckano bilje
- 1 žlica limunov sok
- 0.5 tsp sol
- 1 tsp Worcestershire umak

Upute

1. Operite šparoge, a po potrebi ogulite donju trećinu.
2. U loncu zakuhajte vodu sa soli, šećerom i maslacem. Kuhajte šparoge 5–10 minuta, dok ne postanu „al dente“. Izvadite ih i držite na toplom.
3. Zagrijte THOMY Hollandaise umak u lončiću. Dodajte bilje, jogurt, limunov sok i Worcestershirski umak. Sve usitnite štapnim mikserom.
4. Posložite šparoge zajedno sa zelenim Hollandaise umakom. Poslužite uz kuhani krumpir i tvrdo kuhana jaja.

🕒 20 Min

⊕ 2

Ugljikohidrati	28.22 g
energija	399.57 kcal
Masti	29.56 g
Proteini	12.54 g