



绿芦笋

食谱作者 V-ZUG 瑞族



制备过程	15 分钟
烘烤的时间：烘烤时间取决于机器	10 分钟
份	4
电器	Combair-Steam SE 自 2015 年

出自蒸汽烤箱的绿芦笋 - 简单、快捷、味道鲜美！通过轻柔蒸煮理想地保留颜色、风味和营养成分。作为配菜或搭配精美的酱汁。

配料

- 1 kg 绿芦笋, 下三分之一去皮
- 50 g 黄油, 液体
- $\frac{3}{4}$ 茶匙 食盐

烹饪步骤

使用蒸汽模式将烤箱内腔预热至 100 °C。将芦笋铺在有孔的不锈钢烤盘上，推入预热后的内腔中煮约 10 分钟。取出，淋上融化的黄油，加盐。

在 蒸汽 期间为 **100 10 分钟**°C

小费

根据芦笋的厚度，将烹饪时间延长约 5 分钟。

将白芦笋在 100°C 条件下蒸约 15-20 分钟。根据芦笋的厚度，增加烹饪时间 5-10 分钟。

配件

穿孔滴盘

