

Gebakken eieren met pittige gegrilde asperges

totale tijd **20 min.** 10 min. voorbereidingstijd 10 min. kooktijd

Voedingswaarde (per portie):
1.975 kJ / 475 kcal

Vetten: **20,5 g** Eiwitten: **23 g**
Koolhydraten: **54 g**

INGREDIËNTEN

2 porties

1 bos(je)	groene asperges
1 el	<u>Kikkoman Geroosterde Sesamolie</u>
4 el	<u>Kikkoman Pittige Chilisaus voor Kimchi</u>
4	eieren
1 tl	olijfolie
0,5 tl	zwarte peper
1 tl	zwarte sesamzaadjes
0,5 bos(je)	gehakte bieslook
4	sneetjes zuurdesembrood

VOORBEREIDING

Stap 1

1 bos(je) groene asperges - **1 el** Kikkoman Geroosterde Sesamolie **2 el** Kikkoman Pittige Chilisaus voor Kimchi

Was de asperges en breek of snijd de houtige uiteinden (ca. 2-3 cm) eraf. Als de stengels dik zijn, schil dan voorzichtig het onderste deel. Snijd ze in de lengte door. Meng ze met de Kikkoman Sesamolie en Kikkoman Kimchi Chilisaus en bak ze vervolgens in een pan tot ze zacht zijn.

Stap 2

4 eieren - **1 tl** olijfolie - **0,5 tl** zwarte peper - **1 tl** zwarte sesamzaadjes

Verhit de olijfolie in een pan op middelhoog vuur en bak de eieren naar wens. Breng op smaak met peper en sesamzaadjes.

Stap 3

2 el Kikkoman Pittige Chilisaus voor Kimchi - **0,5 bos(je)** gehakte bieslook - **4** sneetjes zuurdesembrood

Leg de eieren op de gegrilde asperges. Besprenkel met de Kikkoman Kimchi Chilisaus, bestrooi met de gehakte bieslook en serveer met het zuurdesembrood.