

Spargel mit Schinken, paniert

– Pankreasdiät –

3 Pfd. Spargel
Serranoschinken
2-3 Eier
Semmelbrösel
milde oder scharfe Peperoni nach Geschmack
200 g mageren Frischkäse
etwas Milch
1 Bd. Bärlauch

Spargel mit Schinken umwickeln, panieren, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen, Peperoni ebenfalls und bei ca. 180° bissfest garen. Bärlauch streifig schneiden, mit Käse und Milch verrühren; nach Wunsch mit Salz und Pfeffer würzen.