

## Receta de Espárragos Blancos Al Horno Gratinados

22 Abr 2014



Buenos días , para hoy viernes os dejo esta receta exquisita para tod@s los amantes de los espárragos, es fácil de preparar y seguro que os va a gustar.

### Ingredientes

- Espárragos de lata muy gruesos (cantidad a vuestra elección)
- Margarina o mantequilla (unos 25grs.)
- Leche (sobre medio litro)
- Harina
- Nuez moscada
- Pimienta negra
- Queso parmesano rallado
- Sal

### Modo de Preparación

1. Sacar los espárragos de la lata y secarlos bien con un paño de cocina
2. En una sartén con un poco de aceite caliente, derretir la mantequilla y agregar un poco de harina, dejar que tueste un poco y echar la leche sin dejar de remover hasta que se haga una bechamel clarita
3. Ponerle un poco de sal, pimienta negra y una pizca de nuez moscada
4. Colocar los espárragos bien secos en una fuente para horno y rociarlos con la bechamel, después ponerle el queso rallado por encima
5. Meter a gratinar al horno sobre diez minutos o hasta que la superficie esté dorada a vuestro gusto