

# Huevos fritos con espárragos picantes a la parrilla

Tiempo total **20 Mins.** 10 Mins. Tiempo de preparación **10 Mins.** Tiempo de cocción

Información nutricional (por porción)  
**1.975 kJ / 475 Kcal**

Grasas: **20,5 g** Proteínas: **23 g**  
Carbohidratos: **54 g**

## INGREDIENTES

2 porciones

**1 manojo** de espárragos verdes  
**1 cucharada** Kikkoman aceite de Sésamo Toastado  
**4** Kikkoman Salsa picante de Guindilla para Kimchi  
**4** huevos  
**1** de aceite de oliva  
**cucharadita**  
**0,5** de pimienta negra  
**cucharadita**  
**1** de semillas de sésamo  
**cucharadita** negro  
**0,5 manojo** de cebollino picado  
**4** rebanadas de pan de masa madre

## PREPARACIÓN

### Pasos 1

**1 manojo** de espárragos verdes - **1 cucharada** Kikkoman aceite de Sésamo Toastado **2** cucharadas Kikkoman Salsa picante de Guindilla para Kimchi

Lave los espárragos y retire los extremos leñosos (aprox. 2–3 cm), bien partiéndolos o cortándolos. Si los tallos son gruesos, pele ligeramente la parte inferior. Córtelos a lo largo. Mézclelos con Kikkoman aceite de sésamo tostado y Kikkoman salsa picante de guindilla para kimchi, y áselos en una sartén hasta que estén tiernos.

### Pasos 2

**4** huevos - **1 cucharadita** de aceite de oliva - **0,5 cucharadita** de pimienta negra - **1 cucharadita** de semillas de sésamo negro  
Caliente el aceite de oliva en una sartén a fuego medio y fría los huevos al punto deseado. Sazónelos con la pimienta y las semillas de sésamo.

### Pasos 3

**2 cucharadas** Kikkoman Salsa picante de Guindilla para Kimchi - **0,5 manojo** de cebollino picado - **4** rebanadas de pan de masa madre  
Coloque los huevos sobre los espárragos a la parrilla. Rocíe con Kikkoman salsa picante de guindilla para kimchi, espolvoree con el cebollino picado y sirva acompañado del pan de masa madre.