

蒜蓉芦笋



原料：

- 1 磅芦笋（454 克）
- 3 瓣儿蒜，剁碎
- 1 小撮现磨的黑胡椒
- 3 大勺橄榄油
- 盐适量

做法很简单，锅里倒入橄榄油，烧热，放蒜末，炒香后倒入芦笋，黑胡椒和盐，略略翻炒到芦笋熟了就好，约四五分钟。