
SPARGEL-ERDBEER-SALAT



Sommerlich!

Für 4-6 Personen:

Zutaten: 500 g weißer Spargel
Salz
½ TL Zucker
10 g Butter
250 g Erdbeeren
100 g Champignons
1 Kopfsalat
1 Bund Brunnenkresse oder Basilikum
2 El Rotweinessig
1 El Apfeldicksaft
3 El Sonnenblumenöl
2 El Walnussöl
schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung: Den geschälten Spargel in kochendem, gesalzenem, mit Zucker und Butter versehenem Wasser bissfest garen.
Erdbeeren waschen, putzen, halbieren.
Champignons putzen, in dünne Scheiben schneiden. Kopfsalat und Blumenkresse verlesen, zerpfücken, waschen, trocken schleudern, mit Erdbeeren und Champignons vermischen.
Essig, Salz und Apfeldicksaft verrühren, bis sich das Salz gelöst hat, dann unter Rühren mit einem kleinen Schneebesen die Öle darunter schlagen.
Den gegarten Spargel in ca. 5 cm lange Stücke schneiden und zu den übrigen Salatzutaten geben. Mit der Vinaigrette übergießen und vermischen. Mit frisch gemahlenem Pfeffer bestreuen.

Guten Appetit!