

Fruchtiger Spargelsalat

Geht schnell
schmeckt herrlich

Zutaten für 4 Personen

Salat:

800 g weißer Spargel
100 g Erdbeeren
100 g Rauke
Salz
Zucker

Vinaigrette:

3 EL Balsamico-Essig
3 EL Orangensaft
2 EL Rapsöl
Salz, Pfeffer
Zucker

Den geschälten Spargel in 5 cm lange Stücke schneiden und in Salzwasser mit einer Prise Zucker ca. 15 Minuten gar kochen und abkühlen lassen. Erdbeeren waschen, putzen und vierteln. Rauke waschen und putzen. Beides gut abtropfen lassen. Die Zutaten für die Vinaigrette in einer Schüssel verrühren. Spargel, Erdbeeren und Rauke auf Tellern oder Schale anrichten und mit der Vinaigrette überziehen.

Guten Appetit!



SPARGELHOF
Bolhuis