

Spargelsalat (Vorspeise)

Rezept für 4 Personen



Zutaten:

250 g grünen Spargel
250 g weißen Spargel (geschält und in 3 cm lange
Spalten geschnitten)
1 TL Honig
1 TL Öl
Saft aus einer halben Zitrone
Salz und Pfeffer

Zubereitung:

In einer Pfanne den Spargel mit Öl anbraten. Nach ca. 4-5 min den Honig sowie den Zitronensaft dazugeben und etwas einreduzieren lassen. Salzen und pfeffern. Auf einem Teller mit einem Salatbuket oder gemischtem Salat eigener Variation anrichten.

Unser Tipp:

Nehmen Sie einen festen Salat der die Wärme des Spargels verträgt (z. B. Salat „Romana“).

Rezept für Vinaigrette:

Je nach Geschmack Orangensaft, Honig, Zitrone, etwas Öl, roter Pfeffer und Kresse miteinander vermischen und über den Salat geben.

Guten Appetit!