

Rezept

Spargelsalat

Ein Rezept von Spargelsalat, am 23.04.2024

Zutaten

je 500 g weißer und grüner Spargel	Salz
1 Prise Salz	4 Eier (M)
1 Bund gemischte Kräuter für Grüne Sauce	1/2 Bund Radieschen
3 EL Weinessig	100 ml Rapsöl oder Sonnenblumenöl
Pfeffer	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 355 kcal

Zubereitung

1. Die Zutaten abwiegen und bereitstellen.

2. In einem großen Topf reichlich Wasser aufkochen. Weißen Spargel schälen, beim grünen Spargel nur besonders dicke Stangen im unteren Drittel schälen, die Enden abschneiden. Das Kochwasser kräftig salzen und mit dem Zucker leicht süß abschmecken. Spargel je nach Dicke in 8-10 Min. (für normal dicke Stangen) bissfest kochen. Spargel aus dem Wasser heben, abtropfen und lauwarm abkühlen lassen.

3. Eier in 8-10 Min. hart kochen, anschließend abschrecken, pellen und in Scheiben schneiden, zum Beispiel mit einem Eierschneider. Die Kräuter waschen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und grob hacken. Radieschen in dünne Scheiben schneiden. Kräuter und Radieschen mit Essig und Öl verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4. Den Spargel in 4 cm lange Stücke schneiden und vorsichtig mit der Kräutersauce und den Eiern mischen, dabei zerfallen die Eigelbe ein wenig und geben so der Sauce eine ganz leichte Bindung.