

Rezept

Italo-Wurstsalat

Ein Rezept von Italo-Wurstsalat, am 26.04.2024

Zutaten

200 g grüner Spargel	6 EL Olivenöl
1 TL brauner Zucker oder Puderzucker	Salz
Pfeffer	2 Knoblauchzehen
2 rote Zwiebeln	400 g Mortadella (am Stück)
8 EL Balsamico bianco	1 Bund Rucola (50 g)
100 g Parmesan oder Pecorino	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 570 kcal

Zubereitung

1. Den Spargel waschen und im unteren Drittel schälen, die Enden abschneiden. Die Stangen schräg in ca. 1 cm breite Scheiben schneiden. In einer Pfanne 2 EL Olivenöl erhitzen und den Spargel darin bei starker Hitze 1-2 Min. anbraten. Zucker darüberstreuen und karamellisieren lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen, abkühlen lassen.
2. Inzwischen Knoblauch schälen und durch die Presse drücken. Zwiebeln schälen und in dünne Ringe schneiden. Die Mortadella in kleine Würfel schneiden. Dies alles mit dem Spargel, dem restlichen Olivenöl und dem Essig vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen und abgedeckt mindestens 30 Min. im Kühlschrank marinieren.
3. Dann den Rucola waschen, trocken schütteln und die groben Stängel abzwicken, größere Blätter kleiner schneiden. Den Käse in kleinere Stücke brechen oder hacken. Beides gut unter den Salat mischen. Nochmals abschmecken und sofort servieren.