

## Rezept

# Ofen-Spargel mit Ei-Vinaigrette

Ein Rezept von Ofen-Spargel mit Ei-Vinaigrette, am 23.04.2024

## Zutaten

Salz	50 g	Polenta (feiner Maisgrieß)
600 g grüner Spargel	7 EL	Olivenöl
feines Meersalz		Pfeffer
2 Eier (M)	2	Tomaten
2-3 EL weißer Aceto balsamico	1 TL	Senf
½ Beet Kresse		Backpapier

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 545 kcal

## Zubereitung

1. In einem kleinen Topf 150 ml Wasser aufkochen und salzen. Den Polenta-Grieß einrieseln und unter Rühren einmal aufwallen lassen, dann Hitze auf kleinste Stufe herunterschalten und die Polenta zugedeckt bei schwacher Hitze nach Packungsangabe in 5 - 15 Min. ausquellen lassen. Polentamasse auf ein kalt abgspültes Küchenbrett geben und mit einem breiten Messer ca. 1 cm dick ausstreichen. Die Masse 30 Min. abkühlen lassen. Inzwischen den Backofen auf 200° vorheizen.
2. Den Spargel waschen, das untere Drittel mit einem Sparschäler schälen, die holzigen Enden abschneiden. Ein Backblech mit Backpapier auslegen, Spargel darauf ausbreiten. Mit 2 EL Olivenöl beträufeln und mit Meersalz und Pfeffer würzen. Im Ofen (Mitte) 12 - 15 Min. rösten.
3. Inzwischen die Eier anpiksen und in 8 - 10 Min. hart kochen, dann kalt abschrecken und auskühlen lassen. Tomaten waschen, vom Stielansatz befreien und vierteln. Die Kerne mit einem Teelöffel herauskratzen, das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden.
4. Balsamico-Essig, Senf, Salz und Pfeffer mit einem Schneebesen verquirlen, 4 EL Öl nach und untermischen, bis eine cremige Sauce entstanden ist. Die Kresse vom Beet schneiden, die Hälfte davon mit den Tomatenwürfeln unterheben.
5. Polenta ca. 1 cm groß würfeln und in einer beschichteten Pfanne mit dem übrigen Öl bei mittlerer Hitze unter Wenden in ca. 5 Min. goldbraun braten. Den Spargel aus dem Ofen nehmen und mit der Tomaten-Vinaigrette anrichten. Die Eier pellen, klein würfeln und obenauf streuen. Mit übriger Kresse und den Polentawürfeln servieren.