

Rezept

Spargel mit Vanilledressing

Ein Rezept von Spargel mit Vanilledressing, am 14.12.2025

Zutaten

1	Vanilleschote	1/2 TL	Zucker
50 ml	trockener Sherry (ersatzweise Gemüsebrühe)	500 g	weißer Spargel (dicke Stangen)
2 EL	weißer Balsamessig (ersatzweise Weißweinessig)	2 EL	Orangensaft
	Pfeffer		Salz
1	großes Bund Rucola	6 EL	Olivenöl
		200 g	Erdbeeren

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 205 kcal

Zubereitung

1. Die Vanilleschote längs halbieren, das Mark herauskratzen. Vanillemark mit Vanilleschote, Zucker und Sherry aufkochen. Vom Herd nehmen und 10 Min. ziehen lassen. Die Schote entfernen.
2. Den Spargel waschen, schälen und die holzigen Enden abschneiden. Die Stangen schräg in sehr dünne Scheiben schneiden.
3. Essig mit Orangensaft, Salz, Pfeffer und Öl verrühren. Den Vanillesirup langsam zugießen, alles zu einem cremigen Dressing verrühren. Den Spargel untermischen und zugedeckt etwa 2 Std. marinieren.
4. Rucola waschen und trockenschütteln, dicke Stiele entfernen. Erdbeeren waschen, entkelchen und vierteln. Beides mit dem Spargel vermischen.