Rezept

Spargel und Graved Lachs

Ein Rezept von Spargel und Graved Lachs, am 19.06.2025

Zutaten

1 kg	Spargel (weiß oder grün)
2 EL	Gemüsebrühe
	Salz
50 g	Kerbel
4 EL	Sherryessig (ersatzweise Weinessig)
3 EL	Öl
	Pfeffer
200 g	Graved Lachs

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 255 kcal

Zubereitung

1. Den Spargel waschen. Den weißen ganz, vom grünen das untere Drittel schälen. Holzige Enden abschneiden. Die Stangen längs halbieren. Sherryessig mit Brühe, 1 EL Öl, Salz und Pfeffer verrühren.

2. Restliches Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Spargel darin bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Wenden je nach Sorte und Dicke in 6-9 Min. bissfest braten. Vom Herd nehmen. Mit der flüssigen Würzmischung begießen und 10 Min. ziehen lassen.

3. Den Kerbel waschen, dicke Stiele entfernen. Spargel auf Teller verteilen. Graved Lachs obenauf anrichten. Mit Kerbel bestreut servieren.