

Rezept

Spargelsalat mit Parmesan

Ein Rezept von Spargelsalat mit Parmesan, am 02.04.2023

Zutaten

1 kg grüner Spargel	Salz
4 in Öl eingelegte, getrocknete Tomaten	3 EL Aceto balsamico
1 TL Dijon-Senf	5 EL Olivenöl
Pfeffer	12 Kirschtomaten
½ Bund Basilikum	80 g Parmesan (am Stück)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 275 kcal

Zubereitung

1. Den Spargel waschen, untere holzige Enden entfernen oder schälen. Wasser in einem großen Topf aufkochen, salzen. Den Spargel dazugeben und bei schwacher Hitze in etwa 10 Min. gar, aber nicht zu weich kochen. Herausnehmen und auf eine flache Platte legen, leicht abkühlen lassen.
2. Inzwischen die getrockneten Tomaten abtropfen lassen und fein würfeln. Essig, Senf und Olivenöl mit einem kleinen Schneebesen kräftig verrühren. Salzen und pfeffern und die getrockneten Tomaten untermischen. Gleichmäßig über den Spargel geben und etwa 1 Std. marinieren lassen.
3. Kirschtomaten waschen und vierteln. Basilikumblätter abzupfen, nach Belieben hacken. Tomatenviertel auf dem Spargel verteilen, das Basilikum darüber streuen. Den Parmesan in breiten Spänen darüber hobeln, den Salat mit Pfeffer übermahlen.