Rezept

Spargelsalat mit Schinken

Ein Rezept von Spargelsalat mit Schinken, am 11.11.2026

Zutaten

750 g	grüner Spargel
3 EL	Weißweinessig
3 EL	Walnussöl
150 g	magerer Schinken (in dünnen Scheiben)
	Salz
	Pfeffer
1 Handvoll	Kerbel
2	Nussbrötchen (je ca. 50 g)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 405 kcal

Zubereitung

1. Den Spargel waschen, im unteren Drittel schälen und in mundgerechte Stücke schneiden. Zugedeckt in wenig Salzwasser in 5-10 Min. bissfest dünsten, abtropfen lassen.

2. Den Essig mit Salz und Pfeffer verrühren, das Öl gründlich darunterschlagen. Den Spargel in dem Dressing wenden und den Salat abschmecken.

3. Den Kerbel waschen, trocken tupfen, grob schneiden und darüberstreuen. Den Spargelsalat mit den Schinkenscheiben anrichten. Die Brötchen dazu genießen.