

Rezept

## Spargeltatar mit Käse

Ein Rezept von Spargeltatar mit Käse, am 09.06.2026

### Zutaten

<b>500 g</b> Spargel	<b>2</b> Frühlingszwiebeln
<b>1/2 Bund</b> ½ Bund Basilikum	<b>1 EL</b> Zitronensaft
<b>3 EL</b> Olivenöl	<b>2 EL</b> Walnuss- oder Haselnussöl
Salz	Pfeffer
<b>2 EL</b> gehackte Haselnusskerne	<b>4</b> kleine runde Ziegenkäse (je etwa 5 g)

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 315 kcal

### Zubereitung

1. Den Spargel waschen, schälen und die Enden abschneiden. Spargel in Stücke schneiden und im Blitzhacker hacken. Frühlingszwiebeln waschen, putzen und mit Basilikumblättern fein schneiden.
2. Zitronensaft mit 2 EL Olivenöl und 1 ½ EL Nussöl mixen, Spargel und Zwiebeln untermengen, salzen, pfeffern. Haselnüsse im übrigen Nussöl anrösten.
3. Backofengrill anheizen. Käse in einer feuerfesten Form mit übrigem Olivenöl bepinseln, im Ofen (zu den Grillschlangen 10 cm Abstand) 5 Min. bräunen. Tatar, Käse und Nüsse auf Teller anrichten.