Rezept

Spargelteller all'italiana

Ein Rezept von Spargelteller all'italiana, am 02.06.2025

Zutaten

500 g	weißer Spargel
	Salz
1 Handvoll	Rucola
50 g	Parmesan (am Stück)
2 EL	Zitronenolivenöl
500 g	grüner Spargel
1 TL	Butter
100 g	Kirschtomaten
100 g	Mortadella (oder gekochter Schinken, in dünnen Scheiben)

Rezeptinfos

Schwierigkeitsgrad mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 325 kcal

Zubereitung

1. Den Spargel waschen, den weißen ganz, den grünen nur im unteren Drittel schälen und die Enden abschneiden. In einem hohen (Spargel-)Topf etwas Salzwasser aufkochen und die Butter hineingeben. Die Spargelstangen nach Belieben bündeln, in den Topf stellen und darin zugedeckt bissfest garen. Weißer Spargel benötigt 10 - 15 Min., grüner Spargel ist etwas schneller gar.

2. Inzwischen den Rucola verlesen, waschen und trocken schütteln, dabei grobe Stiele entfernen. Die Tomaten waschen und nach Belieben halbieren. Vom Parmesan mit einem Sparschäler feine Späne abziehen.

3. Den Spargel gut abtropfen lassen und mit Mortadella, Rucola und Tomaten auf Tellern anrichten. Das Öl darüberträufeln und den Parmesan darüberstreuen.