

Blattsalate mit Mohn-Spargel und Ziegenkäse

Für zwei Personen

8 Stangen Spargel	100 g gebl. Löwenzahnsalat	10 g Rote-Bete-Salatblätter
10 g Rucola	1 Orange	1 Zitrone
2 Ziegenkäse à 40 g	4 EL Ahornsirup	2 EL körniger Dijon-Senf
3 EL nicht gemahlene Mohn	2 EL getr. Rosa Beeren	4 Zweige glatte Petersilie
6 EL Olivenöl	3 EL Walnussöl	Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Den Mohn in einer Pfanne etwa drei Minuten rösten und dabei gelegentlich umrühren. Die Käse waagrecht halbieren. Den Spargel schälen, die unteren Enden abschneiden und die Stangen anschließend auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech ausbreiten. 150 Milliliter Wasser mit vier Esslöffeln Olivenöl und etwas Salz vermengen, über die Spargelstangen gießen und diese im Ofen auf mittlerer Schiene etwa 20 Minuten garen, bis der Spargel leicht gebräunt ist. Abschließend den noch warmen Spargel mit dem Mohn vermischen. Die Salate waschen und trocken schleudern. Für die Vinaigrette die Orange und die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Anschließend den Ahornsirup mit dem Senf, vier Esslöffeln Orangensaft, zwei Esslöffeln Zitronensaft, dem Walnussöl, zwei Esslöffeln Olivenöl und den Beeren vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Petersilienblätter abzupfen, grob hacken und unter die Vinaigrette mischen. Den noch warmen Spargel mit dem Mohn bestreuen. Mit den Salaten und dem Käse auf einer Platte anrichten und mit der Vinaigrette garnieren.

Silvia Erna Weber am 09. Mai 2014