

Spargel-Orangen-Salat, Garnelen, Blattspinat, Mayonnaise

Für zwei Personen

Für den Salat:

400 g weißer Spargel 2 Orangen 500 ml Orangensaft

Salz

Für den Blattspinat:

60 g junger Blattspinat

Für die Garnelen:

8 Riesengarnelen 1 Zehe Knoblauch Butterschmalz

Salz schwarzer Pfeffer

Für die Mayonnaise:

2 Eier $\frac{1}{2}$ TL Senf $\frac{1}{2}$ Zitrone

250 ml Pflanzenöl 1 TL eingel. grüner Pfeffer 1 Prise Salz

Worcestersauce grüner Pfeffer

Den Spargel waschen, schälen und in Stücke schneiden. Eine Orange waschen, halbieren und auspressen. Den Orangensaft mit Salz aufkochen und den Spargel darin 15 Minuten bissfest garen. Den Spargel abgießen und beiseite stellen. Den Blattspinat verlesen, waschen, trocken schleudern und auf Tellern anrichten.

Für die Mayonnaise die Eier trennen. Das Eiweiß kann anderweitig verwendet werden. Die Eigelbe zusammen mit dem Senf, dem Salz dem grünen Pfeffer und ein wenig Worcestersauce in den Mixer geben. Die halbe Zitrone auspressen und ein wenig von dem Saft mit in den Mixer geben. Nach und nach das Öl dazugeben und zu einer Mayonnaise aufschlagen. Den Knoblauch abziehen und halbieren. Die Garnelen am Rücken aufschneiden, entdarmen und von der Schale befreien. Anschließend waschen und trocken tupfen. Das Butterschmalz in einer Pfanne schmelzen, den Knoblauch dazugeben und die Garnelen darin kurz anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die zweite Orange waschen, schälen und die Filets herausschneiden. Die Orangenfilets mit dem Spargel vermengen und auf dem Blattspinat anrichten. Die Pfeffermayonnaise dazu reichen. Den lauwarmen Spargel-Orangen-Salat mit Garnelen, Blattspinat und Orangen-Pfeffer-Mayonnaise auf einem Teller anrichten und servieren.

Christian Vater am 05. Mai 2015