

Weißer Spargel-Salat mit Kichererbsen, pochiertes Ei

Für zwei Personen

Für den Spargel-Salat:

6 Stangen weißer Spargel	1 Dose Kichererbsen	1 Bund Radieschen
2 EL flüssiger Honig	1 Zitrone, 2 EL Saft	2 EL Olivenöl
4 EL Olivenöl	1 TL edelsüßes Paprikapulver	1 Prise Chilipulver
Salz	Pfeffer	

Für das pochierte Ei:

4 Eier

Für die Garnitur:

$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch Salzflocken

Für den Spargel-Salat:

Die Kichererbsen in ein Sieb abgießen, abspülen und abtropfen lassen.

Mit Küchenpapier gründlich trockenreiben und in einer Pfanne erhitzen.

Kichererbsen kross anbraten. Mit Paprikapulver, Chili und Salz würzen.

Spargel schälen und die Enden abschneiden. Spargelstangen in kochendem Salzwasser ca. 10 Minuten kochen. Radieschen waschen, putzen, in feine Scheiben hobeln. Für das Dressing 4 EL Olivenöl mit dem Honig und dem Zitronensaft verquirlen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das pochierte Ei:

In einem Topf ca. 1 Liter Wasser aufkochen. Eier aufschlagen und behutsam einzeln in kleine Gläser oder Schalen gleiten lassen. Topf etwas von der Herdplatte ziehen, sodass das Wasser gerade nicht mehr kocht. Eier einzeln ins Wasser gleiten lassen und jeweils das Eiweiß mit dem Löffel um das Eigelb ziehen. Topf zurück auf die Platte stellen, sodass das Wasser nur fast kocht. Eier 4 Minuten im Wasser ziehen lassen. Anschließend mit einer Schaumkelle herausnehmen und auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Garnitur:

Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Salz über dem Spargel und dem Ei verteilen.

Spargel nach abtropfen auf zwei Teller anrichten, Kichererbsen, Radieschen und das pochierte Ei darauf geben. Mit Schnittlauch, Salz und Pfeffer bestreuen sowie das Dressing darauf tröpfeln lassen und servieren.

Christin Schöne am 10. Mai 2022