

Spargel-Salat

Für 2 Personen

6 Stangen weißer Spargel	6 Stangen grüner Spargel	1 TL Butter
Salz	1 TL Zucker	3 EL Olivenöl
1 Zitrone	2 EL saure Sahne	1 kl. Bund Kerbel und Schnittlauch

Den Spargel schälen. Die Schalen in einen Topf geben, mit Wasser bedecken, Butter und je eine Prise Salz und Zucker zugeben, aufkochen und die Schalen herausnehmen. Die Spargelspitzen vom Spargel trennen und 2/3 der Spargelstangen mit einem Spargelschäler runterschälen bzw. den Spargel mit dem Spargelschäler in dünne Streifen schneiden. Die Streifen mit einer Prise Salz, Zucker und 1 EL Olivenöl in eine Schüssel geben, gut durchmischen und ca. fünf Minuten ziehen lassen. Die Spargelspitzen und den restlichen Spargel in der Spargelbrühe ca. 10-15 Minuten bissfest kochen, herausnehmen und abkühlen lassen. Den grünen Spargel in Eiswasser abschrecken, so hält er die Farbe besser. Aus Olivenöl, Spargelbrühe, 1 EL Zitronensaft und saurer Sahne eine Salatsoße anrühren und diese mit Salz und Zucker abschmecken. Kerbel und Schnittlauch waschen, abtropfen lassen, fein hacken und unter die Salatsoße rühren. Die abgekühlten Spargelstangen in Stücke schneiden und in die Salatsoße geben. Die Spargelspitzen je nach Größe gegebenenfalls halbieren und mit den marinierten Spargelstreifen und den Spargelstangen anrichten. Dazu passt gut Weißbrot.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 29. April 2008