

LAUWARMER SPARGELSALAT MIT ERDBEEREN



ÜBERSICHT

- Dauer: 20 Minuten
- Menge: 2 Vorspeisen-Portionen
- Schwierigkeit: easy

ZUTATEN

- 250g grüner Spargel (ca. 1/2 Bund)
- 150g Erdbeeren (ca. 10 Stück)
- 1/2 Frühlingszwiebel
- frische Basilikumblätter
- 3 EL dunkler Balsamico
- 1 TL Honig
- 4 EL Olivenöl
- Olivenöl, Salz, Pfeffer, Bio-Zitrone



ZUBEREITUNG

Erdbeeren und grüner Spargel ist eine der besten Kombinationen für den Frühling! Wie schön, dass es im Mai auch beides saisonal und regional gibt.

Den Spargel waschen, putzen und wenn nötig die Enden abschneiden oder ein bisschen schälen. In einer heißen Pfanne in etwas Olivenöl bei mittlerer Hitze von allen Seiten anbraten. Nebenbei die Erdbeeren waschen, putzen und am besten auf einem Küchenpapier trocken legen.

In einer kleinen Schüssel das Dressing anrühren. Dazu Balsamico mit Honig, Olivenöl und einem Spritzer Zitronensaft, sowie etwas Zitronenschalenabrieb gut verrühren. Mit einer Prise Salz und Pfeffer würzen und die klein geschnittenen Erdbeeren darin kurz marinieren.

Den mittlerweile weichen, aber dennoch bissfesten Spargel in der Pfanne mit einer Prise Salz würzen, nochmal durchschwenken und auf einen Teller geben. Mit einem Esslöffel die Erdbeeren und das gesamte Dressing über dem Spargel verteilen. Zum Schluss noch mit frisch gezupften Basilikumblättern anrichten.

Eine herrliche Beilage zu Gebrülltem oder mit einem frischen Baguette als Vorspeise.

