Erdbeer-Spargel-Salat

Der leckere Erdbeer-Spargel-Salat ergibt einen tollen Farbkontrast auf den Tellern. Ein einfaches, gesundes Rezept, das immer gelingt.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 10 min

Ruhezeit: 10 min

Gesamtzeit: 30 min

Zutaten

600 g	Erdbeeren
2 kg	Spargel (grün oder weiß)
1 Prise	Pfeffer
1 Prise	Salz
8 EL	Weißweinessig
8 EL	Olivenöl

Zubereitung

1. Die ungewöhnliche Kombination der Zutaten macht den **Erdbeer-Spargel-Salat** zu einem abwechslungsreichen Geschmackserlebnis. Zunächst den Spargel waschen, die Enden entfernen, nur den unteren Bereich schälen.

2. Einen Topf mit Dämpfeinsatz verwenden, den Spargel hineingeben und bei 100 Grad Wassertemperatur bis zur gewünschten Konsistenz dämpfen (etwa 5 bis 8 Minuten). Je nach

Größe von Topf und Einsatz den Spargel eventuell aufteilen.

3. In der Zwischenzeit die Erdbeeren vorsichtig waschen und putzen. Kleine Früchte halbieren, große vierteln. In einer Schüssel die Marinade aus Essig, Öl, Pfeffer und Salz anrühren.

4. Den Spargel nach der Garzeit in Stücke schneiden. Mit den Erdbeeren zur Marinade geben, vorsichtig mischen. Vor dem Servieren eine halbe Stunde ziehen lassen.

Tipp

Zu dem Erdbeer-Spargel-Salat passt ein frisches Baguette oder Ciabatta.