

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	<u>Erdbeeren</u>
2 kg	Spargel (grün oder weiß)
1 Prise	<u>Pfeffer</u>
1 Prise	<u>Salz</u>
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.