Spargel-Brokkoli-Salat

Ein raffiniertes Rezept für eine Vorspeise: Im Spargel-Brokkoli-Salat werden verschiedene Aromen miteinander kombiniert.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 30 min

Koch/Backzeit: 20 min

Ruhezeit: 60 min

Gesamtzeit: 1,8 h



Zutaten

600 g	Spargel (grünen)
600 g	Spargel (weißen)
600 g	Brokkoli
1 Prise	Salz
1 TL	Zucker
30 g	Butter
60 g	Haselnüsse (gehackte)
4 EL	Sherryessig
1 Prise	Pfeffer
8 EL	Pflanzenöl
4 Stk.	Eigelb (roh oder gekocht)
2 Bündel	Petersilie

Zubereitung

1. Für den Spargel-Brokkoli-Salat zunächst den Spargel waschen und die holzigen Enden abschneiden. Den weißen Spargel schälen. Beide Spargelsorten in ca. 5 cm lange Stücke schneiden. Brokkoli waschen und in Röschen zerteilen.

2. Einen großen Topf mit Salzwasser erhitzen, Zucker und Butter hineingeben. Den Spargel darin bissfest garen, herausnehmen und abtropfen lassen. Im gleichen Wasser den Brokkoli ebenfalls bissfest garen und danach auch abtropfen lassen.

3. In der Zwischenzeit die Nüsse in einer Pfanne (ohne Öl) anrösten. Den Sherryessig salzen

und pfeffern und langsam das Öl dazugeben und unterrühren. Zuletzt das Eigelb hineingeben und alles vermengen.

4. Petersilie waschen, trockenschleudern und fein hacken. Spargel und Brokkoli in eine Schüssel geben, mit Nüssen und Petersilie bestreuen und mit dem Dressing übergießen. Mindestens eine Stunde im Kühlschrank durchziehen lassen.

Tipp

Wer allergisch gegen Nüsse ist, kann den Spargel-Brokkoli-Salat alternativ auch mit gerösteten Pinien-, Sonnenblumen- oder Kürbiskernen zubereiten.