

Feldsalat mit Erdbeeren und grünem Spargel

Feldsalat mit Erdbeeren, Ei und Spargel als sommerliche Vorspeise.

etwa 4 Portionen    gelingt leicht  bis 20 Minuten

1 Zubereiten:

Spargel im unteren Drittel der Stangen dünn schälen. Salzwasser mit Butter und Zucker zum Kochen bringen. Spargel darin 8-10 Min. bissfest garen, abtropfen lassen, den Sud dabei auffangen und 200 ml abmessen.

2 Für die Marinade Spargelsud, Essig, Salz, Pfeffer und Honig verrühren, dann das Öl unterschlagen. Spargel in mundgerechte Stücke schneiden, in die Marinade geben und etwa 2-3 Std. abgedeckt marinieren.

3 Blattsalat und Erdbeeren verlesen, waschen, gut abtropfen lassen. Erdbeeren vierteln. Ei pellen und fein hacken. Salat und Spargelstücke auf einer Platte oder Tellern dekorativ anrichten. Marinade evtl. nochmal abschmecken, über den Salat träufeln. Dann die Erdbeeren zugeben und mit Ei bestreut servieren. Dazu passt ofenfrisches Baguette oder Ciabatta.

Zutaten:

Zutaten:

250 g grüner Spargel
Salz
1 EL Butter
1 TL Zucker
5 EL Himbeeressig oder Erdbeeressig
Salz
frisch gemahlener Pfeffer
etwa 4 EL Honig
6 EL Olivenöl
1 Kopf Blattsalat , z.B. Feldsalat, Lollo Rosso, Römer, Frisée
200 g Erdbeeren
1 hart gekochtes Ei (Größe M)