

Salat mit Grünem Spargel

Zutaten:

500 g grüner Spargel
8 Kirschtomaten
1/2 rote Zwiebel
100 g Feta
1 Knoblauchzehe
1/2 Zitrone, gepresst
3 EL Olivenöl
1 EL Senf
1 TL Honig
Salz, Pfeffer
Ruccola od. Basilikum



Zubereitung

Die holzigen Enden des Spargels abschneiden. Die Stangen in Stücke schneiden und entweder in Salzwasser 3 min kochen oder in Butter 3 min anbraten. Tomaten vierteln. Zwiebel klein hacken, 2/3 vom Feta klein würfeln. Alles mit dem Spargel in eine Schüssel geben. Für das Dressing Rest vom Feta fein zerbröseln, die Knoblauchzehe hacken. Dann alle Zutaten zu einem Dressing verrühren oder pürieren. Das Dressing unter den Salat heben. Mit Basilikum- oder Ruccolablätter garnieren.



Salate

