

Kuhre

Einkaufen auf dem
Bauerhof

Spargel-Zuckerschoten-Salat mit tollem Dressing

Zutaten

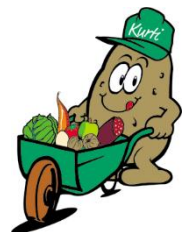
- 500 g Spargel
- 200 g Zuckerschoten
- 200 g Cherrytomaten
- 1 Schalotte
- ¼ TL Kerbel
- ½ Orange (Saft und abgeriebene Schale)
- 3 EL Olivenöl
- 2 EL Weißweinessig
- 1 EL Honig
- 1 TL Senf
- Salz und frisch gemahlener Pfeffer

Zubereitung

Spargel schälen und in ca. 4 cm lange Stücke schräg schneiden. Salzwasser zum Kochen bringen und den Spargel darin etwa 10 Minuten kochen, dann die Zuckerschoten zugeben und 5 Minuten mit kochen. Abgießen und mit den halbierten Cherrytomaten in eine Schüssel geben. Die Schalotte fein würfeln, den Kerbel fein hacken und mit 3 EL Orangensaft, Orangenschale, Öl, Essig und Gewürzen verrühren. Vinaigrette zu dem Salat geben, gut vermengen und im Kühlschrank 2 Stunden gut durchziehen lassen, abschmecken und servieren.

Tipp: Mit gehobeltem Parmesan bestreuen!

Sehr lecker: reicht man Brot dazu, kann man auch den Rest vom Dressing noch wunderbar „verwerten“.



Empfohlen vom Hofladen Kuhre in Herzebrock-Clarholz

www.hof-kuhre.de
Telefon: 05245-3590