

LIEBLINGSREZEPT

Spargelsalat „Margherita“



Zutaten

- 8 EL Olivenöl
- 5-6 EL Zitronensaft
- 1 TL abger. Zitronenschale
- Salz
- Schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
- Zucker
- 2 Handvoll Basilikumblätter
- 250 g Cherrytomaten
- 1 Pk. Mini-Mozzarella-Kugeln
- 750 g weißer Spargel
- 250 g grüner Spargel (oder 1 kg weißer Spargel)
- 15 g Butter
- 125 g Rucola

Zubereitung

Olivenöl, 4 EL Zitronensaft und die Zitronenschale verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. 1 Handvoll Basilikum fein zerupfen und unterheben. Tomaten waschen und halbieren. Mozzarella-Kugeln in einem Sieb abtropfen lassen. Tomaten und Mozzarella in das Würzöl geben und mind. 1 Stunde darin marinieren, dabei ab und zu umrühren.

Den weißen Spargel, waschen, schälen, und schräg in ca. 4 cm lange Stücke schneiden. Vom grünen Spargel nur das untere Drittel schälen und ebenfalls in Stücke schneiden.

500 ml Wasser aufkochen. Salz, Zucker, Butter und 1 EL Zitronensaft zufügen. Die Spargelstücke in das Wasser geben, 1 x aufkochen lassen und das Gemüse bei ausgeschalteter Kochstelle mit geschl. Deckel ca. 6 Minuten ziehen lassen. Dann in einem Sieb abgießen - das Kochwasser dabei auffangen - und gut abtropfen lassen.

Für das Dressing ca. 5 EL des abgekühlten Spargelwassers mit 6-7 EL des Würzöles verrühren. Mit Salz, Pfeffer und eventuell noch etwas Zitronensaft abschmecken.

Rucola putzen, waschen und gründlich trockenschleudern.

Erst kurz vor dem Servieren Rucola, Tomaten und Mozzarella-Kugeln in einer Salatschale anrichten. Die Spargelstücke und das Dressing zugeben alles vorsichtig mischen und das restliche Basilikum auf dem Salat verteilen.

(Das übriggebliebene Spargelkochwasser kann man als Basis für eine helle Sauce verwenden z.B. ☺)



Weitere Rezepte in unserem
Kochbuch auf
bioladen.de/rezepte