

Erdbeer – Spargel – Salat



Zutaten

1 kg	grüner Spargel
2 EL	Olivenöl
1 TL	brauner Zucker
	Salz
	weißer Pfeffer aus der Mühle
400 g	Erdbeeren
3 EL	Erdbeeressig
1 EL	Zitronensaft
2 EL	Traubenkernöl

Zubereitung

Das untere Drittel vom Spargel schälen und die Stangen in 3-4 cm lange Stücke schneiden. In heißem Olivenöl anschwitzen. Mit dem Zucker bestreuen, leicht karamellisieren lassen und mit etwas Wasser ablöschen. Salzen, pfeffern und zugedeckt 6-8 Minuten gar schmoren lassen.

Währenddessen die Erdbeeren waschen, putzen und klein schneiden. Mit dem Essig, Zitronensaft und Öl vermengen und den Spargel zum Schluss zugeben. Etwa 10 Minuten ziehen lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und servieren.