



Salat mit gebratenem Spargel

Zutaten für 4 Pers.

Zubereitungszeit ca. 20-25 Min.

700 g Spargel

Spargel waschen, schälen und schräg in 5 cm lange Stücke schneiden.

3 EL Öl zum Braten

Öl zum Braten in eine beschichtete Pfanne geben und erhitzen. Den Spargel anschließend im heißen Öl ca. 6-12 Minuten goldbraun braten. Je nach Dicke des Spargels variiert die Garzeit.

Salz

und mit Salz,

Pfeffer

Pfeffer,

Prise Zucker

einer Prise Zucker und

3 EL Essig (Balsamico)

ca. 3 EL Essig würzen. Pfanne vom Herd nehmen.

1 Salatkopf

Salat waschen, abtropfen lassen und ggf. in Stücke zupfen.

1 rote Paprika

Die Paprika waschen und in mundgerechte Stücke schneiden.

Salat und Paprika auf Teller verteilen.

3 EL Essig (Balsamico)

3 EL Essig und

4 EL Walnussöl

4 EL Walnussöl verquirlen,

Salz, Pfeffer

mit Salz und Pfeffer abschmecken und über den Salat geben.

Den warmen Spargel aus der Pfanne heben und auf den Tellern anrichten.

150 g Schafskäse

Den Schafskäse in Würfel schneiden und über den Salat geben.

Die noch warme Vinaigrette aus der Pfanne

über dem Salat verteilen.

30 g gehackte Walnüsse

Abschließend mit den gehackten Walnüssen bestreuen und servieren.