

Spargelsalat mit Knusperkartoffeln



ZUTATEN:

- 5 mittelgroße Kartoffeln
- 1 Salat Trio mit Wurzeln
- 300g weißer Spargel
- 250g grüner Spargel
- 1 große Karotte
- 180g Cocktailtomaten
- 1 Knoblauchzehe
- Je 1 Stängel Rosmarin und Oregano
- Olivenöl
- Salz, Pfeffer, Paprikapulver

Für das Dressing:

- 1 TL Honig
- 1 EL Spargelwasser
- 1 EL Weißweinessig
- 1,5 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer
- 1 Stängel frischer Basilikum

SCHRITTE:

- 1) Den Ofen auf 220°C Ober-Unterhitze vorheizen.
- 2) Kartoffeln waschen, in dünne Scheiben schneiden, Spargel schälen, den grünen Spargel in ca. 5cm große Stücke schneiden, die Knoblauchzehe schälen und halbieren.
- 3) Kartoffelscheiben in einer Schüssel mit Olivenöl, Salz, Pfeffer und (scharfen) Paprikapulver vermengen, anschließend auf einem Backblech verteilen, Rosmarin und Oregano darüber streuen und ca. 20 Minuten knusprig braun backen.
- 4) In der Zwischenzeit Wasser in einem hohen Topf zum Kochen bringen, etwas Rapsöl und 1 Prise Zucker dazu geben. Die Spargelstangen hinein legen, kurz erneut aufkochen lassen und bei niedriger Temperatur ca. 10 Minuten (je nach Dicke der Spargelstangen) ziehen lassen.
- 5) In einer großen Pfanne etwas Olivenöl erhitzen, den grünen Spargel und die Knoblauchzehe ca. 5-10 Minuten anbraten.
- 6) Den Salat putzen, Karotte schälen und raspeln, Cocktailtomaten waschen und halbieren, Basilikum fein hacken.
- 7) Für das Dressing den Honig mit dem Spargelwasser glatt rühren, die restlichen Zutaten hinzufügen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Dressing mit Salat, Karotten und Tomaten in einer Schüssel vermengen.
- 8) Salat, Spargel und Kartoffeln auf einem Teller anrichten und genießen. ☺

ZUBEREITUNGSTIPPS:

- Für eine fruchtige Komponente (statt der Tomaten) ein paar Erdbeeren klein schneiden und mit in den Salat mischen.
- Pistazienkerne passen auch wunderbar zu Spargel, einfach ein paar Kerne hacken und über den Salat streuen.

**Unser
Club.de**

