

Hier und heute



Spargel-Panzanella: Tomaten-Brotsalat mit rohem Spargel

Auch für Vegetarier hat Julia Floß ein köstliches Ostergericht im Gepäck: eine Spargel-Panzanella – einen traditionellen toskanischen Brotsalat.

Das Rezept

von Julia Floß für vier Portionen:

Zutaten

- 3 EL Olivenöl
- ½ Ciabatta, grob gewürfelt oder zerrissen
- 1 Knoblauchzehe, angedrückt
- 1 Zweig Thymian oder Rosmarin
- etwas Salz
- 500 g Spargel
- 3 EL heller Balsamico-Essig
- 6 EL Olivenöl
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 1 Prise Zucker
- 1 rote Zwiebel, in feinen Streifen
- 200 g Kirschtomaten, halbiert
- 2 Stangen Staudensellerie (plus Staudengrün), in feinen Streifen
- 2 EL Kapern
- 50 g Pinienkerne, geröstet
- 1 Zitrone, Abrieb
- ½ Bund Basilikum, fein geschnitten
- 100 g Parmesan, gehobelt

Zubereitung

In einer großen Pfanne das Olivenöl erhitzen und die Croutons bei mittlerer Hitze darin gleichmäßig anbraten. Die angedrückte Knoblauchzehe und den Kräuterzweig dazugeben und mitbraten.

Die fertig gerösteten Croutons auf Küchenkrepp geben und salzen.

Spargel schälen, die Enden abschneiden und die Stangen in dünne Streifen schneiden. In einer großen Schüssel Essig, Olivenöl, Salz, Pfeffer und eine Prise Zucker mischen. Den kleingeschnittenen Spargel zusammen mit den Zwiebelstreifen in die Vinaigrette legen und zwei bis drei Minuten ziehen lassen.

In der Zwischenzeit die übrigen Zutaten klein schneiden, die Pinienkerne rösten und den Parmesan hobeln. Alle Zutaten samt Zitronenabrieb zum Salat geben, gründlich mischen und abschmecken.

Kurz vor dem Servieren die Croutons unterrühren.