

Hier und heute



Spargelsalat mit Holunderblütendressing

Alexander Wulf verrät ein weiteres Lieblingsspargelrezept: Spargelsalat mit Holunderblütendressing – frisch, aromatisch und perfekt für den Frühsommer.

Das Rezept

von Alexander Wulf für vier Personen

Die Zutaten

- 8 Stangen weißer Spargel, geschält
- 2 Orangen, filetiert
- 1 EL getrocknete Tomaten, in feine Streifen geschnitten
- eine Prise Zucker
- 2 Schalotten, gewürfelt
- 4 Erdbeeren, geputzt und kleingeschnitten
- 1 TL feiner Senf
- Salz und Pfeffer
- 1 Bund Basilikum
- 1 EL Tomatenessig
- 3 EL Holunderblütensirup
- 3 EL Sonnenblumenöl
- 1 TL geröstete Sonnenblumenkerne
- 4 Scheiben roher Schinken
- etwas Parmesankäse als Topping, nach Geschmack

Zubereitung

Die Schalottenwürfel in Öl anbraten, dann mit Sirup und Essig ablöschen und in eine Schüssel geben. Nun Senf, Sonnenblumenkerne, Tomaten, Orangenfilet, Erdbeeren und Basilikumblätter dazugeben.

Den Spargel mit etwas Zucker in Salzwasser bissfest garen. Anschließend den in 3 cm lange Stücke schneiden und noch warm in die Vinaigrette geben. Gut durchziehen lassen. Auf einem tiefen Teller mit dem Schinken anrichten und mit etwas gehobeltem Parmesan nach Geschmack verfeinern.

Tipp: Statt weißem Spargel passt auch grüner Spargel sehr gut – oder auch gemischt.