

Spargelsalat mit Balsamico-Vinaigrette

by Andreas - Sonntag, Mai 24, 2015

<http://mundgericht.de/index.php/spargelsalat-mit-balsamico-vinaigrette/>



Ein leichter Frühlingssalat mit frischem Spargel. Der durch die Verwendung von Orangensaft und Balsamicoessig eine edle Säure erhält.

500 gr. Spargel

10-15 Radieschen

1 hartgekochtes Ei

2 EL heller Balsamicoessig

2 EL Orangensaft

1 EL Pflanzenöl

1 EL Dill (fein gehackt)

Pfeffer

Salz

Kopfsalat

Den Spargel schälen und in 2-3 cm lange Stücke schneiden. In kochendem Salzwasser weich kochen. Die Radieschen in hauchdünne Scheiben schneiden. Das hartgekochte Ei in kleine Würfel schneiden. Alles vermischen. Aus dem hellen Balsamicoessig, dem Orangensaft, dem Pflanzenöl, dem Dill und Salz und Pfeffer eine Vinaigrette anrühren und mit dem Gemüse vermengen.

Auf flache Teller einige Kopfsalatblätter legen und den Salat darauf platzieren.

Weitere Empfehlungen:

Kidneybohnen-Salat mit Senfdressing

Ein idealer Sommersalat.

800 gr. Kidneybohnen (Dose)

1 rote Zwiebel

2 EL scharfer Senf

...

Spargelsalat mit Weißweinvinaigrette

Mal eine andere Möglichkeit Spargel zu verwenden. Es müssen nicht immer Sauce Ho...

Japanischer Hackfleischsalat mit Teriyakisauce

Teriyakisauce ist eine Sojasauce, die mit süßem Reiswein und Honig oder Zucker vermischt...



PDF generated by Kalin's PDF Creation Station