

SPARGEL-ERDBEER-SALAT MIT HÜTTENKÄSE



BIERTIPP:
Rieder Helle Weisse



ZUTATEN

400 g grüner Spargel
400 g Erdbeeren
12 Cherrytomaten, bunt gemischt
160 g Rucola oder Frühlingssalatomix
Basilikum und Minze
120 g Hüttenkäse (Cottage Cheese)
6 EL Leinsamen
4–6 EL meiner einfachsten Vinaigrette

Die einfachste Vinaigrette

1 EL Zucker
1 EL Honig
1 EL Essiggurkenwasser (für den Extra-Kick)
1 TL Salz
4–5 Umdrehungen Pfeffer a. d. Mühle
1 TL Knoblauchpaste
1 TL Dijon- oder Estragonsenf
3 EL Weißweinessig
5 EL Olivenöl
10 EL Wasser

MAHLZEIT UND GUTES GELINGEN!

ZUBEREITUNG

Die holzigen Enden des Spargels abbrechen. Spargel schräg in Stücke schneiden. Erdbeeren und Cherrytomaten kleiner schneiden. Salat waschen. Basilikum und Minze in Julienne (feine Streifen) schneiden.

Die einfachste Vinaigrette

Nimm einfach ein Schraubglas – eines von Marmelade oder Essiggurken tut's völlig – und gib alle Zutaten hinein. Zuerst den Zucker, den Honig und das Essiggurkenwasser, dann Salz, Pfeffer, Knoblauchpaste, Senf und Essig. Zum Schluss Olivenöl und Wasser. Jetzt kommt der Deckel drauf – und dann heißt es: ordentlich schütteln! Die Vinaigrette wird durch das Schütteln schön cremig und verbindet alle Aromen perfekt. Die vorbereiteten Salatzutaten in eine große Schüssel geben, vorsichtig mischen und mit der Vinaigrette marinieren.

Servieren

Salat auf Tellern anrichten, mit Hüttenkäse und Leinsamen toppen und genießen.

OÖ KOCHT MIT SILVIA SCHNEIDER | JEDEN SA AB 18 UHR | EXKLUSIV AUF LT1!

