Spargelsalat mit Champignons, Tomate und ...

Grüner Spargel in einem Mischsalat mit vielen Zutaten - im Frühling ein wunderbarer Genuss. Die weiteren Zutaten nebst dem Spargel können natürlich fast beliebig gewählt werden. Da ist dieses Rezept nicht mehr als eine Empfehlung: Die Champignons, kurz angeröstet und leicht gepfeffert, bringen bringen einen warmen Geschmackston. Die Tomaten liefern fruchtige Noten. Dazu eine Sauce mit einem Schuss Zitronengewürzöl, Ei und Mönchsbart. Letzterer ähnelt optisch dem Schnittlauch, schmeckt aber krautiger mit einem leicht salzigen Ton.

Zutaten (2 Portionen)

500g	grüne Spargeln
4	Piccadilly-Tomaten
8	kleine Champignons
	(Rapsöl zum Anbraten)
2	hartgekochte Eier
1	kleiner Bund Mönchsbart
1	Frühlingszwiebel
4El	Rapsöl
1El	Zitronengewürzöl
3El	weisser Balsamico
2El	Spargelsud
	Pflücksalat zum Anrichten

Zubereitung

Helle oder violett gefärbte Teile am Spargelschaft wegschneiden. Das untere Ende der Spargeln (ca. 1/4) mit dem Sparschäler schälen. Abschnitte und Späne in eine Pfanne geben, Wasser zugeben bis der Inhalt knapp bedeckt ist. Aufkochen und ca. 15 Minuten köcheln lassen.

Spargeln dritteln. Zuerst die Schäfte in ein Dampfsieb geben, salzen und mit einer Prise Zucker bestreuen. 3 Minuten zugedeckt dämpfen. Spargelspitzen zugeben, nochmals leicht salzen und mit 2-3 Esslöffeln Spargelsud übergiessen. Zugedeckt weiterdämpfen bis die Spargeln nur noch leicht knackig sind (ca. 12 Minuten). Spargeln mit dem Sieb aus der Pfanne nehmen und auskühlen lassen.

Champignons zu 3mm dicken Scheiben schneiden. In Rapsöl beidseitig kurz und heiss anbraten, leicht pfefferen, aus der Pfanne nehmen und auskühlen lassen.

Tomaten längs vierteln, die Kerne herausschaben (so ungefähr), und zu groben Stücken schneiden.

Vom Mönchsbart die Wurzelteile grosszügig wegschneiden. Die grünen Stengel in ca. 5mm lange Stücke schneiden.

Eier grob würfeln. Frühlingszwiebel fein hacken.

Spargeln, Tomaten, Mönschsbart und Ei zusammen locker vermischen.

Für die Sauce Rapsöl, 1 El Spargelsud, Gewürzöl, Balsamico und die Frühlingszwiebel vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Sauce über den Salat giessen und leicht vermischen. Ca. 1/2 Stunde ziehen lassen.

Anrichten auf Pflücksalat.

Spargelabschnitte auskochen