Spargel mit Gemüsepuffern und Kressesoße

Zutaten (4 Personen)

- » 750g Spargel (weiß)
- » Salz & Pfeffer
- » 1 Schalotte(n)
- » 2 EL Estragonessig
- » 1 TL Senf
- » 1 Prise Zucker
- » 3 EL Öl
- » 1/2 Kopfsalat
- » 1 Bd. Radieschen
- » 50g Kasseler
- » 2 Möhre(n)
- » 2 Zucchini
- » 3 Ei(er)
- » 1-2 EL Mehl
- » 2-4 EL Butterschmalz
- » 250g Sahnejogurt
- » Zitronensaft
- » 1 Beet Kresse

Bewertung

Beschaffung
guten Supermarkt

Kosten
11-15€

Zubereitungszeit
61-90min

Zubereitung

1. Spargel abbrausen, schälen, Enden abschneiden. Stangen in Stücke teilen, in leicht gesalzenem Wasser 3-5min garen. Herausheben, abtropfen lassen. Schalotte abziehen, fein würfeln. Essig mit 2EL Spargelsud, Schalotte, Senf, Salz, Pfeffer und Zucker verrühren. Das Öl unterschlagen. Spargel in der Marinade durchziehen lassen.

2. Salat putzen, waschen und zerpflücken. Radieschen abbrausen, putzen, vierteln. Kasseler klein schneiden.

3. Für die Gemüsepuffer Möhren waschen und schälen. Zucchini abbrausen und putzen. Beides in Streifen raspeln. Mit 1 Ei und Mehl mischen. Salzen und Pfeffern. Im heißen Fett portionsweise daraus kleine Puffer von beiden Seiten goldbraun braten.

4. Für die Kressesoße hartgekochte Eier pellen, halbieren. Eigelbe herauslösen, mit Joghurt verrühren. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Eiweiß würfeln, mit der abgeschnittenen Kresse darunter rühren.

5. Salat, Radieschen, Kasseler mit Spargel mischen. Mit den Gemüsepuffern anrichten. Die Kressesoße separat servieren.

Nährwerte: 320kcal/E16g/F22g/KH13g pro Portion

angelegt am: 23.01.2005 Rezept-Nr: 1420

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke