

Spargel-Gierschsalat

ZUTATEN

8 Stangen weißer Spargel
12 Stangen grüner Spargel
Drei Hand voll Giersch

Für das Dressing:

5 TL Walnussöl
2 TL Wildkräuteressig
1 TL Senf
Salz
1 TL Honig

ZUBEREITUNG

Den weißen Spargel schälen und 10 Minuten kochen. Nach der Hälfte der Kochzeit den grünen Spargel 5 Minuten mitkochen. Auskühlen lassen und in 3 cm lange Stücke schneiden. Giersch fein hacken.

Das Dressing zubereiten und zusammen mit dem Spargel und mit dem Giersch vermengen, ziehen lassen und am besten mit frischem Brot servieren.

Quelle: Bernhard Senkmüller, gelernter Koch und Genussbotschafter von Niederbayern

