



Kochdauer:

Schnell gekocht (bis 30 Minuten)

Schwierigkeit:

einfach

Zutaten für 4 Portionen:

- 200 g Weißer Spargel
- 300 g Grüner Spargel
- Butter
- 400 g Erdbeeren
- 2 EL Erdbeermarmelade
- 1,5 EL Staubzucker
- 50 g gehackte Walnüsse

Mein persönlicher Tipp

Vitamingenuss für das Auge und den Körper!:

Carina Laschober-Luif

Seminarbäuerin aus Pinkafeld

Quellen:

- Carina Laschober-Luif:
Rezept aus Bäuerinnenkochkurs

Erdbeer-Spargelsalat

Zubereitung

- Weißen Spargel schälen (außer die Spitzen), grünen Spargel im unteren Drittel schälen und klein schneiden. In etwas Butter kurz anbraten.
- Erdbeeren waschen, abtropfen lassen und in feine Scheiben schneiden. Mit Staubzucker bestreuen, Marmelade hinzufügen und vorsichtig durchrühren.
- Erdbeeren und ausgekühlten Spargel schichtweise in kleinen Schüsseln anrichten. Gehackte Nüsse darüber streuen.

