

Spargelsalat mit Shiitake



Für 4 Portionen

500g Spargel (grün oder weiss)
250 g Shiitake Pilze
1 grosse Zwiebel
Olivenöl oder Butter zum Anbraten

Vinaigrette:

3 EL Rapsöl oder
2 EL weisser Aceto Balsamico oder Apfelessig
Salz
Pfeffer
Salatkräuter

Und so wirts gemacht:

Shiitake Pilze und Zwiebeln in Scheiben schneiden und in Olivenöl für rund 5 Minuten anbraten. Aus der Pfanne nehmen und auskühlen lassen.

Den Spargel waschen, schälen und die holzigen Enden abschneiden. Spargelstangen schräg in mundgerechte Stücke schneiden und im Salzwasser für rund 5 Minuten kochen. Spargeln können auch ganz im Spargeltopf gekocht werden und anschliessend in Stücke geschnitten werden. Spargel nach dem Kochen in Eis- oder kaltem Leitungswasser abschrecken.

Achtung: Spargeln nicht zu weichkochen.

Alles in eine Schüssel geben und Zutaten für die Vinaigrette nach belieben beifügen und umrühren.



Kochzeit gesamt: 20 Minuten

Vegetarisch



pilzland.ch

info@pilzland.ch