

Spargelsalat mit Eiern, Avocado und Tomaten

Zutaten für ca. 4 Personen:

- 500 g weißer Spargel
- 3 Eier
- 150 g Kirschtomaten
- 50 ml Öl, neutral
- 40 ml Traubenkernöl
- 20 ml Olivenöl
- 20 ml Weißweinessig
- 1 Avocado
- je 20 g Basilikum und Sauerampfer
- Zitronensaft
- Zucker
- Salz und frisch gemahlener Pfeffer



Zubereitung:

Spargel schälen, schräg in 3 cm lange Stücke schneiden.
In Zitronen-Salz-Zuckerwasser bissfest garen.

60 ml Spargelwasser mit Essig, Salz, Pfeffer und Öl zu einer Vinaigrette rühren.

Eier hart kochen, abkühlen, schälen und in Achtel schneiden.

Tomaten waschen, entkernen und fein würfeln. Avocado schälen, entkernen, würfeln, mit Zitronensaft beträufeln und mit den Tomatenwürfeln in die Vinaigrette geben.

Auf einer Platte schichtweise mit dem Spargel anrichten und mit Vinaigrette begießen.

Basilikum- und Sauerampferblätter waschen, sehr fein schneiden und über den Salat streuen.

Guten Appetit!

