

# Salat mit gebratenem Spargel

## Zutaten

- 1000 g mitteldicker Spargel
- 250 g Feldsalat
- 5 Tomaten
- 150g Schafskäse
- 30g gehackte Walnüsse
- 3 EL Öl
- Salz und Pfeffer
- 6 EL Essig - sehr gerne Balsamico
- 4 EL Walnussöl
- 1 Prise Zucker

## Zubereitung

Spargel waschen, schälen und in ca. 5 cm lange Stücke schneiden.

Das Öl in eine Pfanne geben und erhitzen. Den Spargel ca. 10 Minuten (evtl. auch etwas länger) goldbraun braten.

Mit Salz, Pfeffer, Prise Zucker und ca. 3 EL Essig würzen.

Die Pfanne vom Herd nehmen. Feldsalat säubern; Tomaten waschen und schneiden.

Beides auf Teller verteilen. 3 EL Essig, Salz, Pfeffer und Walnussöl verquirlen, abschmecken und über den Salat geben.

Den warmen Spargel aus der Pfanne nehmen und auf den Tellern anrichten. Den Schafskäse in Würfel schneiden und über den Salat geben.

Die warme Vinaigrette aus der Pfanne über dem Salat verteilen.

Zum Schluss mit den gehackten Walnüssen bestreuen.

Schwierigkeit



leicht

- [Twitter](#)
- [Facebook](#)
- [LinkedIn](#)
- [Xing](#)
- [Reddit](#)
- [Tumblr](#)

- [Pinterest](#)
- [Email](#)

[[Vorspeisen](#), [Salate](#), [Spargel](#), [Feldsalat](#), [Tomaten](#), [Schafskäse](#), [Walnüsse](#), [Walnussöl](#), [Essig](#), [Balsamico](#)]

From: <https://kochen.dieckmann.cloud/> - **Rund ums Kochen und Backen**

Permanent link: [https://kochen.dieckmann.cloud/kochrepte/vorspeisen/salate/salat\\_mit\\_gebratenem\\_spargel?rev=1624300350](https://kochen.dieckmann.cloud/kochrepte/vorspeisen/salate/salat_mit_gebratenem_spargel?rev=1624300350)

Last update: **21.06.2021 20:32**

