

Spargelsalat mit gebackenem Ei

Ein Rezept von Susi Stumpfer, Gasthof Stumpfer.



Spargelsalat mit gebackenem Ei

© Niederösterreichische Wirtshauskultur

Infos

Sommergericht

🕒 00:25 h 🍴 Leicht

Zutaten

- 1 kg Spargel
- Filets von 4 Orangen
- Erdbeeren (je nach Geschmack)
- 3 EL marinierte Senfsaat
- Kräuter aus dem Garten
- 4 Eier
- Panier (Mehl, Eier, Brösel)
- 8 TL Honig
- 1/8 l verdünnter Apfelessig
- 2 TL Salz
- Limettenöl
- Ingwer

Zutaten für 4 Portionen

Zubereitung

- Im Vorfeld die Eier viereinhalb Minuten kochen und kalt abschrecken.
- Weißen Spargel schälen und schräg in feine Scheiben schneiden. Die Spargelabschnitte nicht wegwerfen, daraus kann eine wunderbare Suppe oder ein Fond gekocht werden.
- Erdbeeren vierteln. Orangen filetieren. Das Obst und Gemüse auf einem Teller platzieren und mit Orangenzeste verfeinern.
- Für das Dressing Honig, Salz, geschroteten Pfeffer, verdünnten Apfelessig, Limettenöl und gehackten Ingwer mit dem Pürierstab emulgieren und die marinierte Senfsaat einrühren.
- Das fertige Dressing über den Salat gießen und vorsichtig unterheben.

- Butterschmalz erhitzen und zwischenzeitlich die geschälten, weichgekochten Eier mit Mehl, Ei und Bröseln panieren. Ist das Butterschmalz heiß genug, können die Eier ganz kurz herausgebacken werden, bis sie goldgelb und knusprig sind.
- Abschließend Eier halbieren, mit Salz oder Kräutersalz abschmecken und gemeinsam mit dem Salat anrichten.
- Dekoriert wird mit Wiesenblumen und Gartenkräutern. Besonders gut passen: Gänseblümchen, Sauerampfer und Minze

Eine Videoanleitung zum Rezept finden Sie [hier](#).