



Violetter Spargel-Salat

Zutaten für 4 Personen

500 g violetter Seeberger Spargel
 von Grütter's Leinacherhof, Seeberg

½ Bund glattblättrige Petersilie

½ Bund Schnittlauch

20 g Baumnusskerne

1 EL Senf

1–2 KL Honig

2 EL Himbeeressig oder Apfel Balsamico

 von Grütter's Leinacherhof, Seeberg

5 EL Rapsoel

Salz und Pfeffer

Zubereitung ⌚ ca. 20 Minuten

Spargel an den Enden anschneiden. Schräg in ca. 3 mm dicke Scheiben schneiden oder hobeln.

Petersilie fein hacken.

Schnittlauch fein schneiden.

Baumnüsse in einer beschichteten Pfanne ohne Fettzugabe rösten. Auskühlen lassen und grob hacken.

Senf, Honig, Essig und Oel gut verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Petersilie und Schnittlauch darunterrühren.

Spargel mit der Sauce mischen, auf Teller anrichten und Baumnüsse darüberstreuen.

Tipp: Mit Rezept «Lauwarmer Spargel-Salat» kombinieren

 Violetter Spargel auch als Rohkostspargel bekannt. Hat keine Bitterstoffe, daher gut in der kalten Küche einzusetzen.

 Diese speziellen Zutaten sind beim Leinacherhof erhältlich.

Seeberger Spargel
Leinacherhof
3365 Seeberg BE
062 968 10 18
Leinacherhof.ch