

Spargelsalat mit Räucherforellen

Zutaten:

750 g Spargel

2 mittelgroße Zwiebeln

1-2 Möhren

Zitronensaft

250 g Forellenfilets

2-3 EL Essig

4 EL Öl

1 EL Petersilie

1 TL Senf

¼ Salatkopf

Salz, Pfeffer, Zucker, Butter

Zubereitung:

Spargel schälen und in 3-4 cm lange Stücke schneiden. In Salzwasser mit etwas Zucker und Butter ca. 10-15 Minuten bissfest kochen. Spargel abtropfen lassen. Die Zwiebeln in Streifen oder Ringe schneiden. Die Möhren putzen, grob raspeln und anschließend mit Zitronensaft beträufeln. Forellenfilets in Streifen schneiden und zusammen mit den Zwiebelstückchen, Spargel und den Möhren in eine Schüssel geben. Senf, Essig, Öl und Petersilie kräftig verrühren und mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker abschmecken. Die fertige Soße über den Salat gießen und zugedeckt ca. 30 Minuten im Kühlschrank ziehen lassen. Den gewaschenen Salat in Streifen schneiden und zusammen mit dem Spargelsalat auf Tellern oder einer Platte anrichten.