Spargelspitzensalat mit Artischocken und Kräutersauce

Kategorie: Vorspeise, kalt

Rezept Nr.: 384

Portionen: 0

Zutaten	Mengen		Bemerkungen
Spargelspitzen	24	Stück	weiß,
Artischockenböden	6	Stück	groß
Kerbel	0		
Schnittlauch	0		
Petersilie	0		
Olivenöl	0		
Rotweinessig	0		Banyuls-Essig
Senf	0		Dijon-Senf

Zubereitung

1. Spargespitzen putzen und in Wasser mit etwas Zucker und einer Messerspitze Muskatnuss knackig kochen. Abtropfen und abkühlen lassen.

2. Die Artischocken putzen, daß nur die Böden übrigbleiben. Dabei die einzelnen Böden sofort in Zitronenwasser legen, damit sie nicht schwarz werden. Dann in diesem Wasser maximal 7 Minuten kochen. Sie sollen noch fest sein. Im Kochwasser abkühlen lassen.

3. Für die Kräutersauce (Sauce Gribiche), die Kräuter zu gleichen Teilen kleinhacken. Die 2 TL Senf mit dem Olivenöl wie eine Mayonnaise aufschlagen, salzen, pfeffern, etwas Essig zugeben und mit den Kräutern vermischen.

4. Die Artischocken abtropfen lassen und abtrocknen, in Viertel schneiden. In einer Salatschüssel mit dem Spargel und der Sauce mischen. Dazu geröstets französisches Landbrot.

Anmerkungen: Wenn man keine Spargelspitzen bekommt, dann pro Person je nach Größe 3-4 ganze Spargel nehmen. Statt der großen Artischocken, kann man auch die kleinen violetten nehmen. Sie kann man ganz verwenden: Nur äußere harte Blätter entfernen, Stil abschneiden, evtl. Spitzen kappen und halbieren. Dann kann man sie in Zitronenwasser kochen oder in Olivenöl braten.

© ea für