



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 am Enden anschneiden. Schräg in
ca. 3 mm dicke Scheiben schneiden oder hobeln.

Petersilie fein hacken.

Schnittlauch fein schneiden.

Baumüsse 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 Baumüsse darüberstreuen.

Tipp: Mit Rezept «Lauwarmer Spargel-Salat» kombinieren

 Violette Spargeln auch als Rohkostspargel bekannt. Haben
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

Rezept von:

koch-mit

 **agrotourismus**
Emmental - Oberrargau

agrotourismus-eo.ch | 034 402 42 52