Spargelsalat mit Orangen, Mandeln und Shrimps

- **Küche:**Mediterran

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 20m

window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '20', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });

Spargelsalat mit südlich, mediteranem Touch

Zutaten

- 250 g grüner Spargel
- 250 g weißer Spargel
- 125 g Shrimpsfleisch
- 2 Orangen
- 10 Kirschtomaten
- 30 g Mandelblättchen
- Etwas Zitronenmelisse
- Etwas weißer Balsamico
- Etwas natives Olivenoel
- Salz, Pfeffer oder Chili, 1 Prise Zucker

Zubereitungsart

Schritt1

Die Vorbereitungen:

Schritt2

Den weißen Spargel herkömmlich schälen und in Salzwasser abkochen, “ al dente“ halten.Schräg in 3 cm lange Stücke schneiden.

Schritt3

Den grünen Spargel nur im unteren Drittel schälen (Dort ist er oft holzig) und in Salzwasser abkochen, „al dente“ halten und ebenfalls schräg in 3 cm lange Stücke schneiden.

Schritt4

Die Vinaigrette:

Schritt5

Mit etwas Spargelwasser, dem Saft einer Orange, sowie etwas Abrieb,hellem Balsamico, Salz, weißem Pfeffer, etwas Zucker und Olivenoel eine schmackhafte Vinaigrette herstellen.Die in Streifen geschnittene,frische Melisse unterheben.

Schritt6

Die Orangen filieren und mit den Spargelstücken, dem Shrimps Fleisch und den halbierten Kirschtomaten zur Vinaigrette geben.

Schritt7

Vorsichtig mischen und mit etwas Chili nachschmecken, durch ziehen lassen.

Schritt8

Die Mandelblättchen mit weinig Oel in einer Stielpfanne goldgelb rösten und über den angerichteten Salat streuen.

Schritt9

Dazu passt ein krosses oder geröstetes Baguette oder Ciabatta Brot.

Rezeptart: Salatrezepte **Tags:** bunt, einfach, fleischlos, leicht, saisonal, spargel, spargelzeit

https://www.gekonntgekocht.de/rezept/spargelsalat-mit-orangen-mandeln-und-shrimps/