

# 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 Olivenöl 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 wenig Öl 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/>