

## Spargelsalat mit Kräutern

Zutaten für ca. 4-6 Portionen:

1 kg weißer Spargel  
100 g gemischte Kräuter  
z.B. Vogelmiere, Franzosenkraut, junger Mangold und Spinat,  
Speisechrysanthemen, Rauke, Kresse, Senfblätter, Kerbel o.ä.  
50 g Blüten  
z.B. Malve, Kapuzinerkresse, Ringelblume, Borretsch, Holunder,  
Eisbegonien, Lichtnelke, Ysop, Dill, Schnittlauch, Rauke o.ä.  
50 g weißer Balsamessig  
50 g Spargelfond (Kochfond)  
Salz, Pfeffer, Prise Zucker  
50 g Nussöl  
25 g neutrales Pflanzenöl

### Zubereitung:

1. 2-3 Stangen Spargel entsprechend vorbereiten und roh in sehr dünne Scheiben hobeln.  
Abdecken und kalt stellen.
2. Restlichen Spargel entsprechend vorbereiten und knackig kochen (siehe Skript Spargel).
3. Essig, Spargelfond mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen.  
Öle zugeben und verrühren.
4. Gegarten Spargel noch warm in Stücke (2-3 cm) schneiden.  
Mit etwas Vinaigrette marinieren.  
Roh gehobelten Spargel ebenfalls mit wenig Vinaigrette marinieren.
5. Kräuter putzen, waschen und sanft trocken schleudern.  
Mit einem Teil der Blüten sacht vermengen.
6. Kräuter-Blüten-Salat und den marinierten Spargel behutsam mischen.
7. Sofort anrichten und mit den restlichen Blüten garnieren.