

Spargeltoast mit Frühlingslauch

FERTIG IN
20 MIN.



ZUTATEN

- 4 Scheiben Brot
- 3 EL **b*Olivenöl**
- 8-12 Stangen **b*Spargel von Schulze Wethmar**
- 8-12 Scheiben Schinken
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Chilischote
- 8 EL Mayonnaise
- 1 Schale Kresse
- 1 rote Zwiebel
- 2 Stangen Frühlingslauch
- Rohrohrzucker
- 2 EL Balsamico bianco
- Meersalz & Pfeffer



ZUBEREITUNG

1. 1 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Brotscheiben bei mittlerer Hitze goldbraun rösten. Den Spargel schälen und die Enden abschneiden. In kochendes Salzwasser geben und bei mittlerer Hitze bissfest garen.

2. Die gegarten Spargelstangen mit einem Tuch trockentupfen und mit dem Schinken umwickeln. Knoblauchzehen und Chilischote fein hacken. Falls nicht so viel Schärfe erwünscht ist, die Kerne aus den Chilischoten entfernen. Mit der Mayonnaise und der Kresse mischen und mit etwas Pfeffer abschmecken.

3. Die Zwiebel fein hacken und den Frühlingslauch in feine Ringe schneiden. Mit Balsamico-Essig und Öl vermischen und mit Salz, Pfeffer und Rohrohrzucker abschmecken. Je 2–3 Spargelstangen auf ein Brot legen und mit etwas Mayonnaise und Zwiebel-Lauchmix anrichten.



Weitere Rezepte in unserem Kochbuch auf www.bioladen.de/rezpte