WARMER SPARGELSALAT

SCHWIERIGKEITSGRAD: ●●●○○
ZUBEREITUNGSZEIT: 25 min.

ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN:

2 Fungi Pads
400 g grüner Spargel
100 g Schalotten
1 EL Pinienkerne
2 EL Olivenöl
1 EL Balsamico Essig weiß
1 EL Ahornsirup
1 Limette
Salz & Pfeffer
¼ l Buttermilch
ca. 100 g Mehl
Pflanzenöl zum Frittieren

ZUBEREITUNG:

1. Den Spargel in etwas Olivenöl in einer Pfanne langsam anbraten, die geschnittenen Schalotten und die Pinienkerne zugeben und kurz mitbraten
2. Vom Herd nehmen
3. Den Balsamico Essig, den Ahornsirup, etwas geriebene Limettenschale und Saft der Limette zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken
4. Pads in Streifen schneiden
5. Die Buttermilch mit Salz und Pfeffer würzen
6. Pads der Reihe nach in Buttermilch und Mehl tauchen
7. In einer Pfanne schwimmend in Öl frittieren und auf dem Spargelsalat servieren

HERMANN.BIO