

Spargelsalat mit Zitronen-Vinaigrette, Garnelen und Ei

Für zwei Personen

Für den Spargelsalat:

6 Stg. weißer Spargel	6 Stg. grüner Spargel	100 g Friséesalat
1 Beet Gartenkresse	2 Erdbeeren	1 Zitrone, Saft
1 EL Butter	500 ml Gemüsefond	1 EL Pistazienkerne
1 EL Pinienkerne	1 EL Zucker	2 EL Salz

Für die Vinaigrette:

1 Zitrone, Saft, Abrieb	1 TL Orangensenf	2 EL flüssiger Honig
2 EL Weißweinessig	2 EL Zitronenöl	2 EL Sonnenblumenöl
2 EL Walnussöl	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	Meersalz
weißer Pfeffer		

Für die Garnelen:

4 Riesengarnelen	1 Zitrone, Saft, Abrieb	3 EL Butterschmalz
$\frac{1}{4}$ Bund glatte Petersilie	1 Vanilleschote	Meersalz
Weißer Pfeffer		

Für das gebackene Ei:

5 Eier, M	Öl	4 EL Mehl
100 g Panko	Salz	Eiswasser

Für die Mayonnaise:

$\frac{1}{4}$ Mango	1 Zitrone, Abrieb	2 Eier
1 TL Orangensenf	100 g Reissessig	200 ml Pflanzenöl
1 Prise Chilipulver	100 g Zucker	20 g Salz
1 Prise Meersalz	1 Prise Schwarzer Pfeffer	

Für den Spargelsalat:

Die weißen Spargelstangen schälen. Die grünen Spargelstangen von den Enden befreien. Alle Spargelstangen in der Länge und Breite jeweils halbieren und in einem Topf mit Gemüsefond, Salz, Zucker, Butter und Zitronensaft bissfest garen.

Pistazienkerne zerkleinern. Pinienkerne und Pistazienkerne leicht anrösten.

Kurz vor dem Servieren den Friséesalat und die gerösteten Kerne unterheben und mit Erdbeeren und Kresse garnieren.

Für die Vinaigrette:

Schnittlauch fein schneiden. Aus Zitronensaft, Zitronenabrieb, Weißweinessig, Honig, Orangensenf, weißem Pfeffer, Meersalz, Zitronenöl, Sonnenblumenöl, Walnussöl und Schnittlauch eine Vinaigrette herstellen. Spargel darin nach dem Garen marinieren.

Für die Garnelen:

Garnelen ggf. entdarmen, trocken tupfen und in einer Pfanne in heißem Butterschmalz scharf anbraten. Vanilleschote der Länge halbieren und Mark herauskratzen. Petersilie fein hacken. Garnelen mit Meersalz, Pfeffer, Vanillemark, Zitronensaft, Zitronenabrieb und Petersilie abschmecken.

Für das gebackene Ei:

Ein Ei für die Panierung zurücklegen. Die restlichen Eier in kochendes Wasser legen und zwischen 4-5 Minuten kochen. Nach dem Kochen sofort mit eiskaltem Wasser abschrecken

und abkühlen lassen. Eier vorsichtig schälen. Eine Panierstraße aus Mehl, geschlagenem Ei und Panko herrichten. Das Ei etwas salzen. Die gepellten Eier zuerst in Mehl drehen, dann durch das verquirlte Ei ziehen und mit dem Panko ummanteln. Ggf. den Vorgang wiederholen.

Öl in einer Fritteuse auf 175 Grad erhitzen und die Eier 4-5 Minuten darin frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Mayonnaise:

Für den Grundessig 100 ml Wasser, 100 g Zucker und 100 g Reissessig mit 20 g Salz einmal aufkochen lassen und abkühlen lassen.

Mango schälen und in kleine Würfel schneiden. Ein Ei trennen und das Eigelb mit einem Vollei, 3 EL des hergestellten Grundessigs, Senf, Pflanzenöl, 2 EL Mangowürfel, Chilipulver, 1 TL Zitronenabrieb, Pfeffer und Meersalz in ein hohes Gefäß geben, den Pürierstab auf den Gefäßboden stellen und erst dann einschalten. Kurz laufen lassen und dann langsam den Stab hochziehen und eine Mayonnaise hochziehen.

Ggf. nochmals abschmecken. Mayonnaise in eine Dosierflasche abfüllen und in kleinen Punkten servieren.

Sabrina Paul am 16. Juni 2025