



## REZEPT DES MONATS Juni 2019

### Spargel-Erdbeer-Salat

#### ZUBEREITUNG

1. Weißen Spargel schälen, untere Enden abschneiden. Grünen Spargel waschen, Enden abschneiden. Spargel in mundgerechte Stücke schneiden und in Salzwasser mit einem Stich Butter und einer Prise Zucker bissfest garen.
2. Erdbeeren halbieren oder vierteln. Honig mit Balsamico, Salz, Pfeffer und getrocknetem Basilikum verrühren. Öl darunter schlagen.
3. Spargel abtropfen und abkühlen lassen. Rucola, Spargel und Erdbeeren in einer Schale anrichten. Vinaigrette darüber gießen und 30 Minuten ziehen lassen.
4. Mit Pinienkernen bestreuen. Schwarzen Pfeffer darüber mahlen und z.B. als Vorspeise mit Bauernbrot und einem Glas Silvaner servieren.

Tipp: Etwas Abrieb von der Zitronenschale und eine Messerspitze Vanillemark in die Vinaigrette mischen.

#### ZUTATEN (FÜR 4 PERSONEN)

- 750 g Spargel, weiß
- 750 g Spargel, grün
- Butter
- Salz, schwarzer Pfeffer, Zucker
- 250 g Erdbeeren
- 1-2 EL Honig
- 100 ml Balsamico, weiß
- 1 TL Basilikum, getrocknet
- 2 EL Öl
- 150 g Rucola
- 2 EL geröstete Pinienkerne

Guten Appetit!



## REZEPT DES MONATS Juni 2019

### Omelett mit Räucherforelle

#### ZUBEREITUNG

1. Petersilie fein hacken. Zwiebeln schälen und fein hacken. Die Forellenfilets etwas zerzupfen. Zwiebeln in einer Pfanne mit 2 EL Butter anschwitzen, Petersilie und Forellenfilets zugeben, vermischen und warmstellen.
2. 2 Eier luftig aufschlagen, mit Salz und Pfeffer würzen, in eine Pfanne mit Butter gießen und als Omelett zubereiten.
3. Auf einen Teller geben, mit einem Viertel des Forellen-Zwiebelgemisches füllen, umklappen und warmstellen. Mit den restlichen Eiern und Zutaten 3 weitere Omeletts zubereiten.
4. Schnittlauch fein schneiden. Schmand mit Milch, Zitronensaft, Schnittlauch, Salz und Pfeffer zu einem herzhaften Dip abschmecken.
5. Omelett mit Räucherforelle und Dip zu z. B. Kartoffelpuffern servieren. Dazu ein kühles Bier.

#### ZUTATEN (FÜR 4 PERSONEN)

- 1 Bund glatte Petersilie
- 2 Zwiebeln
- 4 geräucherte Forellenfilets
- 4 EL Bauernbutter
- 8 Eier
- Salz, Pfeffer
- 1 Bund Schnittlauch
- 200 g Schmand
- 4 EL Milch
- 1 Spritzer Zitronensaft
- Salz, Pfeffer

Guten Appetit!