



Saláta eperrel és spárgával

🕒 20–30 Perc 🍴🍴🍴

Elkészítés

- 1 Mossuk meg a spárgát, és vágjuk le fejüket. Zöldséghámozóval vágjuk a szárazakat vékony csíkokra. Tegyük egy zárható üvegedénybe a spárgacsíkokat és az öntet hozzávalóit, rázzuk össze alaposan, és tegyük félre.
- 2 Tegyük a megmosott rukkolát egy nagy tálba. Vágjuk félbe az epreket, és adjuk a rukkolához.
- 3 Forgassuk meg a spárgafejeket grill fűszersóval elkevert olívaolajban, majd pirítsuk meg grillserpenyőben.
- 4 Keverjük az öntetet és a spárgacsíkokat a rukkolás-epres alaphoz, és tálaláskor szórjuk a tetejére a grillezett spárgafejeket.

Összetevők 2 fő részére

🔥 = Kotányi Produkte

200 g	Rukkola
150 g	Eper
500 g	Spárga
1 tk.	Olívaolaj
1 tk.	🔥 Grill klasszikus fűszersó

Az öntethez

3 ek.	Olívaolaj
2 ek.	Citromlé
2 tk.	Méz
1 db	Vöröshagyma felkockázva
1 csipet	🔥 Tengeri só, durva szemű
1 csipet	🔥 Feketebors, őrölt

