

EIERSALAT MIT SPARGEL

ZUTATEN FÜR 4 PORTONEN

500 g weißer Spargel
500 g grüner Spargel
Salz, Zucker
10 Eier

★ FÜR DIE MAYONNAISE:

1 Ei
2 TL Zucker
1/2 TL Salz
2 TL Essig
2 TL Senf
1/4 l Sonnenblumenöl
250 g Magerquark

★ **ALTERNATIV:**
Miracel Whip und
Joghurt-Salatcreme
im Verhältnis 1:1

Den weißen Spargel schälen, in kleine Stücke schneiden und 10 Min. in kräftigem Salzwasser mit einer Prise Zucker kochen. Den grünen Spargel nur im unteren Drittel schälen, kleinschneiden und etwas später hinzugeben. Anschließend auf ein Sieb geben.

Die Eier 10 Minuten kochen, abschrecken und abpellen.

Für die Mayonnaise das Ei mit Zucker, Salz, Essig und Senf in eine hohe Rührschüssel geben, mit dem Handrührgerät bei höchster Stufe aufschlagen. Das Öl dabei langsam einfließen lassen. Den Magerquark unterrühren.

Bei der Zubereitung der fertigen Mayonnaise mit Zucker und Salz abschmecken.

Spargel mit den klein geschnittenen Eiern zur Mayonnaise geben. Gut durchziehen lassen.

VARIANTEN: Kochschinken oder geräucherten Lachs oder einen geriebenen Apfel und Curry hinzufügen.

regionaler
Genuss!