

Der Mai ist gekommen, die Bäume haben dieses Jahr sehr frühzeitig ausgeschlagen und ein warmer und sonniger April verabschiedet sich mit dem doch ersehnten Regen.

Und zum Mai und Juni gehört natürlich der Spargel, Erdbeeren und Rhabarber.

Diese werden in verschiedenen Rezepten gewürdigt.

Spargel –Eiersalat

Zutaten für vier Personen

500g weißer Spargel 4-5 Eier 2-3 Frühlingszwiebel 1 EL. Zitronensaft 1-2 EL. Schnittlauch geschnitten 2 TL. Senf 100g Frischkäse 50ml. Mineralwasser 1 -2 EL. Öl 1 Naturjoghurt, Salz, Pfeffer, Curry Evtl. 1 EL. Weißer Balsamico Essig	Spargel schälen, in 1cm dicke Stücke schneiden, in ca. 250ml. Wasser und 1 Prise Zucker etwa 10 Min. dünsten. Eier in Wasser etwa 10 Min. hart kochen, abschrecken und schälen. Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden. Den Frischkäse mit dem Mineralwasser verrühren, Joghurt, Zwiebel, Gewürze und Kräuter zugeben. Pikant abschmecken und beiseite stellen, Die abgekühlten Eier in Scheiben oder Achtel schneiden. Spargel abseihen und mit den Eiern in die Marinade geben, vorsichtig durchmischen, kühlstellen und durchziehen lassen. Vor dem Servieren nochmals abschmecken , Balsamico rundet den Geschmack oft noch gut ab.
---	---