

Spargel-Erdbeersalat & Spargelquiche

Zutaten

Spargel-Erdbeersalat

je nachdem, wieviel Salat man möchte: Grünspargel, Erdbeeren, Balsamico Crema (oder ein Essigstäuber mit Balsamicoessig)

Spargelquiche

Für den Teig:

300g Mehl,

1/2TL Salz,

200g weiche Butter,

Mehl für die Arbeitsfläche

Für den Belag:

300g Spargel,

wer mag 100g Schinken,

3 Eier,

200ml Sauerrahm,

200g geriebenen Käse,

Salz und Pfeffer,

Fett für die Backform

Zubereitung

Spargel-Erdbeersalat

Den Spargel am unteren Ende 0,5cm abschneiden und mit dem Spargelschäler ca. 5cm von unten her schälen. Etwas Wasser zum Kochen bringen und den Spargel hineinlegen. Ca. 4 Minuten köcheln lassen, der Spargel sollte noch bissfest sein.

Die Erdbeeren waschen und zerkleinern. Den abgekühlten Spargel in ca. 3cm Stück schneiden. Beides gemischt in eine Schüssel geben. Am schönsten sieht es aus, wenn man die Spargelspitzen oben auf verteilt. Danach die Creme darüber geben und servieren. Bei Tisch den Salat mit der Creme anmachen, oder mit dem Essig besprühen.

Spargelquiche

Das Mehl mit dem Salz auf die Arbeitsfläche legen, in der Mitte eine Mulde formen, 6 EL kaltes Wasser und die weiche Butter in kleinen Teilen hineingeben. Alle Zutaten mit einem Messer durchhacken und dann rasch zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig zugedeckt, für ca. 30 Minuten kühl stellen.

Den Spargel am unteren Ende 0,5cm abschneiden und mit dem Spargelschäler ca. 5cm von unten her schälen. Etwas Wasser zum Kochen bringen und den Spargel hineinlegen. Ca. 4 Minuten köcheln lassen, der Spargel sollte noch bissfest sein. Abtropfen lassen und in ca. 5 cm lange Stücke schneiden.

Die Eier, Sauerrahm und den geriebenen Käse miteinander verrühren. Mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.

Den Teig auf wenig Mehl, ausrollen, sodass er in die von ihnen vorgesehene, eingefettete Backform passt. Den Schinken entweder ganz, oder kleingeschnitten auf den Boden legen. (Man kann auch sehr gut, wenn man den ganzen Schinken auf den Kuchenboden legt, eine Seite des Kuchens vegetarisch gestalten). Den Spargel darauf verteilen und die Eier Soße darüber gießen.

Im vorgeheizten Backofen (200°C oder 180°C) auf der mittleren Schiene 30-40 Minuten goldbraun backen.