

Sommerlicher Salat mit Spargel, Erdbeeren, Paprika und gegrilltem Käse



Sommer, Salate und gegrillter Käse

Sommerliche Temperaturen verlangen nach frischen Salaten. Wie wäre es mit einer Kombi aus Spargel, süßer Paprika, Erdbeeren und gegrilltem Käse? Wer möchte, kann die Paprika extra braten und anschließend häuten. Das geht am Besten im Ofen mit der Grillfunktion. Dazu Paprika längs halbieren, entkernen und auf der Oberfläche mit Öl bepinseln und salzen. Dann für ca. 15-20 Minuten unter den Grill bis die Haut schwarz wird. Nach dem Herausnehmen die Paprika mit einem nassen Tuch abdecken und 20 Minuten abkühlen lassen. Anschließend kann die dünne, schwarze Haut abgezogen werden. So vorbereitete Paprikafilets schmecken in Kräuteröl eingelegt köstlich zu Käse, Fleisch oder Fisch.

Viel Spaß beim Grillen und ein schönes Wochenende...

Zutaten

für 4 Personen

- 4 x 75 g Käse (z.B. Schafskäse, Kuhmilchweichkäse oder Ziegenfrischkäse)
- 8 Stangen weißer Spargel
- 8 Stangen grüner Spargel
- 8 Erdbeeren
- 2 Paprika, rot
- Salz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- Saft und fein abgeriebene Schale von 1/2 Zitrone
- Salat der Saison (z.B. Kopfsalat, Frisee, Lollo rosso etc.)
- 2 Knoblauchzehen
- 2 TL Honig
- 50 g Maismehl
- Für das Dressing: Essig und Öl, Zucker, Senf, gemischte Kräuter (z.B. Schnittlauch, Basilikum, Petersilie)

Zubereitung

Spargel schälen (den grünen Spargel nur am unteren Ende) und in leicht gesalzenem Wasser bissfest kochen. Dann Spargel halbieren.

Aus Essig, Zitronensaft und -abrieb, Salz, Pfeffer, Zucker, Senf und frischen Kräutern ein Dressing rühren.

Den Spargel mit 2 EL Dressing marinieren.

In der Zwischenzeit die roten Paprika längs achteln. Kerne entfernen und salzen.

Den Käse mit 2 EL Öl, gehacktem Knoblauch und Honig bepinseln. Dann den Käse in Maismehl wälzen. Den Käse, die Spargelstücke und die Paprikastücke im Ofen oder auf dem Grill 4-5 Minuten grillen.

Erdbeeren putzen und in Scheiben schneiden. Mit 2 EL Dressing marinieren und pfeffern.

Zum Servieren den gewaschenen Salat mit den marinierten Erdbeeren auf Teller verteilen. Gegrillten Käse, Spargel und Paprika anlegen. Mit restlichem Dressing beträufeln und servieren.

Tipp: Dazu schmeckt knuspriges Brot und hausgemachte Paprikamarmelade.

