

# Spargelsalat mit roten Linsen

Zutaten für 4 Personen:

- 1 kg weiße Spargelstücke  
oder grüner und weißer Spargel gemischt  
(Wasser, Zucker, Salz und Zitrone)
  - 2 EL rote Linsen  
(1/2 l Wasser, 2 g Salz, 1 Eßl. Essig)
  - 1 TL rosa Pfeffer
  - 10 EL Essig - Balsamico bianco
  - 8 EL Öl
  - 1 TL Salz
  - 1/2 TL Pfeffer frisch gemahlen
  - 150 g Honig
  - 1 EL Senf
  - Gartenkräuter und Kresse
- ... dazu eine Scheibe knuspriges Landbrot

1. Die roten Linsen in kochendem Salz-Essig-Wasser 5 Min. garen und danach abkühlen. Auf einem feinen Sieb abtropfen lassen.
2. Die Spargelstücke in kochendem Wasser, das mit Salz, Zucker und frischer Zitrone abgeschmeckt ist, al dente kochen.
3. Nach dem Kochen in Eiswasser abkühlen und anschließend gut abtropfen lassen. Aus Essig, Öl, Salz, weißem Pfeffer, Honig und Senf eine Vinaigrette herstellen.
4. Die Spargelstücke mit der Vinaigrette, den roten Linsen, dem rosa Pfeffer und dem frischen Schnittlauch vermengen.

