



www.franz-blienert.de

Spargelsalat

Zutaten für 4 Personen

1 kg Spargel
3 Eier (hart gekocht)
200 g Joghurt
100 g gekochter Schinken
1 EL Senf
Salz, Pfeffer,
Zucker, Petersilie

Zubereitung

Den Spargel schälen, die Enden abschneiden und in Salzwasser mit einer Prise Zucker und 1 EL Butter ca. 15-20 Minuten garen. Den gekochten Spargel abkühlen lassen und dann in 2-3 cm große Stücke schneiden.

Die Eier pellen und in Scheiben schneiden. Den Kochschinken in feine Streifen schneiden. Den Joghurt mit dem Senf verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Nun die Eier und den gut abgekühlten Spargel zu der Joghurtmarinade geben und vorsichtig unterheben. Nochmals abschmecken.

**Obst und Gemüse
Franz Blienert**
Plaskoart 2
48361 Beelen

Telefon:
+49 2586 1348

Mobil:
+49 176 23716592

info@franz-blienert.de

Wochenmärkte

Warendorf
Dienstag u. Freitag
07:00 – 12:30 Uhr

Wiedenbrück
Samstag
07:00 – 12:30 Uhr