SVG-Logo wird im PDF nicht unterstützt. Bitte laden Sie ein JPG- oder PNG-Logo in den Plugin-Einstellungen hoch.

E-Mail: info@gewuerzmuehle-rosenheim.de Tel: +49 8053 530 8384 Web: https://www.gewuerzmuehle-rosenheim.de/



Spargelsalat | Pulpo | Andaliman Pfeffer

Zubereitungszeit: 10 min

Kochzeit: 50 min

Gesamtzeit: 1 h

Schwierigkeitsgrad: mittel

Portionen: 2 Personen

Gewürze & Zutaten:

2 Pulpo Tentakel, gekocht (ca. 300 g)

8 Stängel Spargel, geschält

1 Zitrone, Bio

Etwas Feines Olivenöl

Etwas Salz

Etwas Zucker

Andaliman Pfeffer (nach Belieben)

ZUBEREITUNG

1. Zunächst die Pulpoarme in gleichmäßige 2-3 mm breite Scheiben schneiden und zur Seite stellen.

2. Den Spargel - etwas dicker - in 3-4 mm breite Scheiben schneiden. In einer (beschichteten) Pfanne den Spargel mit einem Spritzer Olivenöl und einem TL Zucker bei recht hoher Hitze 2-3 Minuten sautieren (schwenken mit leichter Farbgebung) und salzen. Vom Herd nehmen und

in der Pfanne nachziehen lassen. Der Spargel darf gerne noch knackigen Biss haben!

3. In der Pfanne etwas Platz machen und an einer Stelle auch den Pulpo dazulegen, damit er etwas temperiert.

4. Die Zitrone gut waschen, abtrocknen und mit einer feinen Reibe sorgfältig die gelbe Schale abreiben und mit dem Saft zum Spargel geben.

5. Den Spargelsalat noch einmal mit Salz und Zucker abschmecken und mit dem Pulpo anrichten.

6. Einige Spritzer feines Olivenöl darüber! Den Andaliman Pfeffer im Mörser mittelfein mörsern und darüber streuen.