

Frühlings-Salat mit Calamaretti

 happy-mahlzeit.com/2020/03/26/fruehlings-salat-mit-calamaretti/

Zutaten für 2 Personen:

- 12 Fingermöhren
- 6 Stangen grüner Spargel
- 2 Chicorée
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 6 Calamaretti
- 100ml Gemüsebrühe
- 2 EL Weißwein-Essig
- Butter
- Öl
- Rosmarin
- Zucker
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

2 Pfannen heiß werden lassen und ein wenig Butter hinein geben.

Das Grün der Fingermöhren entfernen. Den Spargel in gleich kleine Stücke schneiden. Beides in die Pfanne geben und anbraten. Mit Brühe ablöschen.

Die Calamaretti putzen und in gleichmäßig große Ringe schneiden. Diese in eine separate Pfanne geben und kurz scharf anbraten. Olivenöl und Rosmarin zufügen. Die Knoblauchzehe abziehen, in Scheiben schneiden. Alles mit Salz und Pfeffer würzen. Nach knapp 1 Minute auf voller Hitze die Calamaretti aus der Pfanne nehmen und auf Tellern anrichten.

Den Chicorée klein schneiden und mit in die Gemüse-Pfanne geben. Etwas Zucker, Olivenöl und den Essig dazu geben. Das Gemüse neben den Calamaretti anrichten.

Rezept: Steffen Henssler

Quelle: Topfgeldjäger vom 22.3.2012