

# Grüner Spargel-Tomatensalat mit Orangenvinaigrette

Die angegebene Menge reicht für 2 Personen als Hauptgang, oder für 4 Personen als Vorspeise oder Beilage.

## Zutaten

- **500 g grüne Spargeln**  
waschen, die harten Enden wegschneiden, wenn nötig mit dem Sparschäler noch etwas schälen.  
Dann schräg in 5 cm Stücke schneiden
- **400 g Pflaumentomaten** waschen, abtropfen und halbieren
- **2 EL Olivenöl**
- **1 Bund frischer Basilikum** waschen und trockenschütteln, die Blätter vom Stiel zupfen und grob hacken

## Orangenvinaigrette

- **1 Orange unbehandelt** gut waschen, die halbe Schale fein abreiben und den Saft auspressen
- **1 Limette** gut waschen, die Schale fein abreiben und den Saft auspressen
- **1 TL Senf mild**
- **1 EL Agavensirup**
- **4 EL Olivenöl**
- **Meersalz und schwarzer Pfeffer** aus der Mühle

## Vorbereiten

### Orangenvinaigrette

Alle Zutaten in den Mixbecher geben und mit dem Stabmixer zu einer sämigen Sauce mixen.

## Zubereiten

1. Olivenöl in der Bratpfanne erwärmen, dann die Spargel anbraten bis sie leicht braun sind.
2. Die Tomaten beifügen, den Deckel auflegen und ein paar Minuten zugedeckt braten, so dass die Spargeln noch einen leichten Biss haben.
3. Abschmecken mit Salz und Pfeffer.

## Anrichten

Die Spargeln auf eine Platte anrichten mit dem Basilikum bestreuen und mit der Orangenvinaigrette übergießen.

**Tipp:** Dazu passen grillierter Fisch und Meeresfrüchte hervorragend.

**Quelle** Kuhn Rikon