

Frühlingssalat mit Sauce Hollandaise

Spargel-Gerichte » Spargel-Salate

Zutaten (4 Personen)

- » 500g Spargel (weiß)
- » 1 Bd. Möhre(n)
- » 1 Kohlrabi
- » 200g Butter/Margarine
- » 2 Eigelb
- » 3EL Weißwein
- » 1-2EL Zitronensaft
- » Salz & Pfeffer
- » 150g Zuckerschoten
- » 5-6 Blätter Römervalat

Bewertung



Beschaffung

manchmal im Discounter



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

bis 30min

Zubereitung

1. Spargelstangen schräg in Stücke schneiden. Möhren, bis auf zwei Stück, in Scheiben schneiden. Kohlrabi in dünne Spalten schneiden. Butter bei mittlerer Hitze zerlassen, kurz aufkochen lassen und mit einer Schöpfkelle den Schaum vorsichtig abschöpfen.

2. Eigelb und Wein in eine Schüssel geben und auf dem heißen Wasserbad schaumig schlagen. Butter tröpfchenweise unter ständigem Rühren zugießen. Soße mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Warm stellen.

3. Restliche Möhren schälen, das Grün dabei stehen lassen. Mit Kohlrabi und Spargel in kochendem Salzwasser bei mittlerer Hitze ca. 8min garen. Nach der Hälfte der Garzeit Möhrenscheiben und Zuckerschoten zufügen und mitgaren.

4. Eine Schüssel mit Salatblättern auslegen. Gemüse darauf anrichten und mit der Hollandaise begießen.

Dazu schmeckt frisches Weißbrot oder Baguette.

Nährwerte: 500kcal/E7g/F45g/KH13g

angelegt am: 28.08.2002

Rezept-Nr: 92

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2025 M.Hennicke