



Spargelsalat mit Postelein und Crêpes



Zutaten für 2 Personen:

- | | |
|--------------------------|---|
| Für die Crêpes | Aus allen Zutaten für die Crêpes einen glatten, eher flüssigen Teig herstellen. Eine Pfanne erhitzen und ein Stückchen Butter darin zerlassen. Je eine Kelle Teig in die Pfanne geben, diese dabei gut schwenken damit die Crêpes besonders dünn werden und nacheinander alle Crêpes von beiden Seiten ausbacken. |
| 3 Eier | |
| 150 g Mehl | |
| 225 ml Milch | |
| 1 Prise Salz | |
| Butter für die Pfanne | |
| Für den Salat | Den Spargel schälen und vom unteren Stängel etwa 1 cm abschneiden. Bei dem weißen Spargel dabei sehr gründlich vorgehen, der grüne Spargel muss nur am unteren Ende geschält werden. Gerade so viel Wasser mit einer Prise Zucker und Salz in einer Pfanne mit Deckel erhitzen, dass der Spargel später nicht ganz davon bedeckt ist. Zuerst den weißen Spargel hinein geben und für etwa 15 Minuten bei geschlossenem Deckel dünsten. Nach etwa 10 Minuten den grünen Spargel kurz hinzugeben. Anschließend den Spargel mit kaltem Wasser abschrecken und mit dem gewaschenen Posteleinsalat vermengen. |
| 150 ml Joghurt natur | |
| 1 Bund krause Petersilie | |
| 100 g Postelein | |
| 1 Limette | |
| 2 EL Olivenöl | |
| 2 TL Zucker | |
| Pfeffer | |
| Salz | |
| Außerdem | Den Joghurt mit gehackter Petersilie, etwas Saft der Limette, 2 EL Olivenöl, Pfeffer, Salz und Zucker mischen und abschmecken. Den Spargel klein schneiden und mit dem Joghurt-Dressing anmachen. Die Crêpes mit dem Spargelsalat füllen, aufrollen und mit Petersilie garnieren. |
| 250 g Spargel grün | |
| 200 g Spargel weiß | |