

Spargelsalat mit Kürbiskernöl-Sojasauce-Dressing

Gesamtzeit **15 Min.**

ZUTATEN

4 Portion(en)

Zutaten für den Salat:

- Mischsalat je nach Saison
- 300 g** grüner Spargel
- Olivenöl
- 1 Becher** Himbeeren
- 2 EL** geröstete Pinienkerne

Zutaten für die Marinade:

- 125 ml** Kürbiskernöl
- 3 EL** Kikkoman natürlich
gebraute Sojasauce
- 125 ml** naturtrüber Apfelsaft
- 3 EL** Himbeeressig
- 1** Spritzer Zitronensaft
- Pfeffer nach Bedarf

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Salatblätter waschen, zerteilen und auf Tellern anrichten.

Schritt 2

Die Zutaten der Marinade gut vermischen und über den Salatblättern verteilen.

Schritt 3

Den Strunk der Spargelstangen entfernen, die Spargelspitzen längs halbieren, den Rest in 1–2 cm große Stücke schneiden.

Schritt 4

In Olivenöl kurz anbraten und zum marinierten Salat geben.

Schritt 5

Mit Himbeeren und Pinienkernen garniert servieren.