

Das aktuelle Rezept von Karen Brommann  
vom LandFrauenVerein Kropp und Umgebung e. V.

<https://www.landfrauen-kropp.de/>

In unserer Reihe „Mahlzeit! MarktTreff“ verraten MarktTreff-Köchinnen und -Köche sowie LandFrauen einige ihrer Lieblings-Rezepte: typische Gaumenfreuden aus dem echten Norden, einfach nachzukochen oder nachzubacken, meist mit regionalen Zutaten, die es in vielen der MarktTreff-Dorfläden zu kaufen gibt. Heute:

## Spargel-Erdbeer-Salat an Ziegenkäse

Eine saisongerechte Vorspeise rundet jedes Essen erst ab. Mit dem Rezept von Karen Brommann vom LandFrauenVerein Kropp und Umgebung gelingt dies in jedem Fall. Viel Spaß beim Zubereiten dieser köstlichen Zutaten-Kombination!



Zutaten (für 4 Vorspeisenteller):

- einige Blätter verschiedener Salate
- 7 Stangen Spargel
- 10 Erdbeeren
- Salz, Zucker
- Olivenöl zum Braten
- Ziegenfrischkäserolle
- etwas Honig
- Balsamico
- Pfeffer

### So wird's gemacht:

Salat waschen, trocknen und auf die Teller verteilen.

Spargel schälen, holziges Ende entfernen, in mundgerechte Stücke schneiden. In einem Topf mit Wasser, Salz und etwas Zucker zum Kochen bringen und circa 8 Minuten kochen. Danach etwas abkühlen und auf die Teller verteilen.

Erdbeeren abspülen, putzen und vierteln, auf die Salatteller verteilen.

Den Ziegenkäse in 4 etwas dickere Scheiben schneiden. Öl in der Pfanne erhitzen und darin den Ziegenkäse kurz von beiden Seiten bräunen. Auf Küchenpapier kurz abtropfen lassen. Dann auf den Salat legen und den Käse etwas pfeffern.

Honig mit Balsamico verrühren und auf die Erdbeeren tropfen. Fertig!

**Lassen Sie es sich schmecken: Mahlzeit! MarktTreff**