



Küche  
aus der  
Region

Steffen Pyschny  
Hotel Osterberg,  
Himmelsthür

Salate

1

## Erdbeer-Frisée mit Spargel und Schafskäse

### Zutaten

8	Stangen weißer Spargel
Kräuter	z. B. Petersilie, Schnittlauch oder Bärlauch
50 ml	Hi-Land Börde Rapsöl
100 ml	Rapsöl
½ Glas	Sander Himbeer Fruchtaufstrich 2:1
2	frische Minzblätter
2	große Bio-Zitronen
1 TL	(gestrichen) Salz grober Pfeffer
250 g	Bethelner Bio-Schafskäse
125 g	Frisée-Salat
125 g	Rucola
16	frische Minzblätter
12	Sander-Erdbeeren
4 EL	Sonnenblumenkerne
4 TL	Waldhonig

### Zubereitung für 4 Personen

Den Spargel schälen und in gesalzenem und gezuckertem Wasser kurz blanchieren. Kräuter mit Öl pürieren. Den Spargel in Stücke schneiden und im Kräuteröl marinieren. Ziehen lassen.

Die Salate waschen und gut trocken schleudern. Minzblätter waschen.

Für das Dressing 1 Zitronen abreiben. Saft von 2 Zitronen und Abrieb in einen Messbecher geben. Den Himbeer-Fruchtaufstrich, 2 Minzblätter, Salz und Pfeffer dazugeben. Mit einem Pürierstab geschmeidig pürieren und dabei langsam das Öl dazu gießen.

Erdbeeren waschen und Grün entfernen, danach vierteln. Sonnenblumenkerne in einer Pfanne rösten. Auch den Spargel in der Pfanne anbraten. Den Salat mit etwas Dressing in einer Schüssel marinieren und auf 4 Tellern anrichten. Den Schafskäse mit den Händen grob zerteilen, mit Minze und den Sonnenblumenkernen auf den Salat geben. Zum Schluss die Erdbeeren und den Spargel anrichten und nochmals ein wenig Dressing und Honig über alles träufeln.