

# appetito

## Mai'18 Salat vom gebackenen weissen Spargel mit Fenchel und Orange

Rezept als Vorspeise für 4-6 Personen

### Vorbereitungen

**500g weisse Spargeln**

schälen, danach den Spargel in gut ½ cm dünne Rädchen oder schräge Scheiben schneiden

**2 EL Olivenöl**

**1 EL Ahornsirup**

**Einige Zweiglein Thymian, gezupft**

**Salz, Pfeffer aus der Mühle**

zusammen mit den Spargelscheibchen mischen, in eine Gratinform geben

### Backen

► Im auf 160 Grad vorgeheizten Ofen je nach Dicke der Spargelscheibchen ca. 20- 25 Min. backen, gelegentlich wenden.

► Die Spargelstücke sollten knackig sein

► Herausnehmen, auf Tellern oder Platte verteilen

### Zum Fertigstellen

**1 kleine Fenchelknolle**

Grünes für Deko beiseite stellen, Strunk entfernen, den Rest über den Spargel hobeln

**1 grosse Orange**

filetieren, auf dem Gemüse verteilen

► Den Saft zwischen den Zesten gut ausdrücken, so dass ca. 3-4 EL Saft entstehen

### Dressing

**Ausgepresster Orangensaft**

**2 EL Olivenöl**

**1 EL weisser Balsamicoessig**

**1-2 TL Ahornsirup**

**Salz, Pfeffer**

zusammen mischen, abschmecken, über dem Gemüse verteilen

**Grünes vom Fenchel**

**Evtl. wenig frische Erdbeeren**

als Garnitur verwenden, servieren