

Roher Spargel mit Cottage Cheese

4 Portionen

500 g weißer Spargel

Salz

1 Zitrone

1 kleiner Apfel

Je 2-3 Stiele Estragon, Kerbel und Basilikum

400 g Hüttenkäse

1-2 TL Ahornsirup

3 EL Olivenöl

Frisch gemahlener Pfeffer

Den Spargel abspülen, schälen und die holzigen Enden abschneiden. Den Spargel schräg in 1/2 cm dünne Scheiben schneiden.

Spargel salzen, Zitrone auspressen, den Saft über den Spargel träufeln und 10 Min. marinieren.

Den Apfel waschen und raspeln.

Kräuter waschen, trocken schleudern und fein schneiden.

Kräuter, Hüttenkäse, Ahornsirup, Pfeffer und 1 Prise Salz verrühren.

Zusammen mit dem Spargel, der Marinade und den Apfelraspeln anrichten. Olivenöl darüber träufeln und mit Kräuterblättchen bestreuen.

Tipp: Vorspeise für 4, Hauptspeise für 2 Personen