



Knuspriges Brot mit gebratenem Spargel, Kopfsalat und Obatzter



Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
25min

Schwierigkeit
Mittel

Zutaten

für 4 Portionen

Laugenbrezel zum Aufbacken	4 St.
Rapsöl	4 EL
Honig	2 EL
Paprika, edelsüß	
Salz	
weißer Spargel	1 Bund
Butter	5 EL
Brauner Zucker	1 TL
Zwiebeln, gelb	1 St.
Camembert	200 g
Quark 40 % Fett i.Tr.	2 EL
Weißwein, trocken	1 EL
Pfeffer, schwarz	
Radieschen	1 Bund
Kopfsalat	400 g
Balsamicoessig, hell	5 EL
Senf	1 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, mittlere Schüssel, Backblech mit Backpapier

1. Backofen auf 160 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Laugenbrezeln auf ein Backblech mit Backpapier legen und im Backofen ca. 10 Min. aufbacken. Inzwischen in einer Schüssel 2 EL Öl, Honig, Paprikapulver und Salz verrühren.
2. Gebackene Brezeln aus dem Ofen nehmen und in grobe Stücke schneiden. Brezelstücke in der Marinade wenden, erneut auf das Backblech geben und ca. 8 Min. im Ofen knusprig backen. Anschließend abkühlen lassen.
3. Inzwischen den Spargel schälen. In einer Pfanne 2 EL Butter auf mittlerer Stufe erhitzen und Spargel ca. 6 Min. anbraten. Mit Zucker und Salz bestreuen und Spargel darin ca. 2 Min. karamellisieren lassen.
4. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. In einer Schüssel Käse mit einer Gabel zerdrücken. Restliche Butter zugeben und mit einem Schneebesen leicht schaumig rühren. Quark und Zwiebelwürfel zugeben und unterheben. Mit etwas Weißwein, Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Radieschen waschen, Wurzelenden entfernen und in Scheiben schneiden. Salat waschen, trocken schleudern und grob zupfen. In einer Schüssel 2 EL Essig, 2 EL Öl und Senf verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

6. Salatblätter mit dem Dressing marinieren, auf Tellern verteilen und jeweils eine Nocke Obatzter in der Mitte platzieren. Spargel und Laugenbrezeln anlegen. Zum Schluss einige Radieschen fein darüberstreuen und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	602 kcal
Kohlenhydrate	53 g
Eiweiß	19 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	35 g