

Špargľový šalát

4 porcie

veľká dierovaná a veľká nedierovaná parná nádoba

Špargľa:

500 g bielej špargle

500 g zelenej špargle

soľ

Šalátová zálievka:

1 čajová lyžička medovej horčice

2 polievkové lyžice bieleho vínneho octu

1 polievková lyžica oleja z tekvicových semien

soľ

čierne korenie z mlynčeka

1 zväzok rukoly

200 g cherry paradajok

40 g parmezánu

Postup:

1. Ošúpte bielu špargľu a spodnú drevnatú štvrtinu odkrojte. Šupky umiestnite do nedierovanej parnej nádoby. Zo zelenej špargle odkrojte spodnú tretinu.
2. Predhrejte varný priestor.
3. Bielu a zelenú špargľu šikmo rozdeľte na tretiny. Bielu špargľu dajte do dierovanej parnej nádoby a umiestnite do varného priestoru. Nedierovanú parnú nádobu so šupkami zasuňte pod ňu. Varte podľa uvedených údajov.
4. Po 3–5 minútach vložte zelenú špargľu vedľa bielej a varte all dente podľa uvedených údajov.
5. Na šalátovú zálievku zmiešajte horčicu, ocot a olej. Osolte a okoreňte.
6. Umyte rukolu a nechajte dobre odkvapkať. Kokteilové paradajky podľa veľkosti rozpoľte alebo rozštvrtite.
7. Špargľu po uvarení položte na plochú misu. K šalátovej zálievke pridajte dve polievkové lyžice vývaru zo špargle a zálievkou pokvapkajte špargľu.
8. Rukolu a paradajky rozdeľte na 4 taniere. Na ne položte špargľu a pokvapkajte šalátovou zálievkou. Parmezán nakrájajte krájačom na syr na jemné hobliny. Rozložte na šalát a podávajte.

Nastavenia:

dierovaná + nedierovaná parná
nádoba, výška 3 + 1
varenie v pare, 100 °C

biela špargľa:
čas prípravy: 10–15 min.

zelená špargľa:
čas prípravy: 7–10 min.