

Spargelsalat mit gegrilltem Halloumi



Er macht nicht nur in Kombination mit Sauce hollandaise eine gute Figur: der Spargel. Bei Denner gibt's das Stangengemüse diesmal als Salat mit gegrilltem Halloumi an Honig-Senf-Dressing.

Spargelliebhaber kommen momentan voll auf ihre Kosten. Noch bis zum 24. Juni können sie sich kulinarisch austoben, dann ist die Spargelsaison offiziell wieder vorbei. Die Pflanze braucht nämlich genügend Zeit, um sich zu regenerieren und auf den Winter vorzubereiten.

Nebst dem grünen Stangengemüse packen wir eine zyprische Spezialität in die Salatschüssel: Halloumi! Dieser Käse wird im Herstellungsprozess bereits einmal geschmolzen; in der Fachsprache wird der Vorgang Denaturieren genannt. Dabei wird die Struktur des Eiweisses zerstört, was dazu führt, dass der Käse beim nächsten Erhitzen nicht mehr schmilzt. Der gleiche Prozess ist übrigens auch dafür verantwortlich, dass der Halloumi beim Essen so lustig zwischen den Zähnen quietscht.

Salat

- 350 g grüner Spargel, von den hölzernen Enden befreit
- Eine kleine Zucchini, in dünne Streifen gehobelt
- 250 g Halloumi, in ½ cm dicke Scheiben schneiden
- ½ Salatkopf, je nach Grösse auch weniger, in mundgerechten Stücken
- 70 g Erbsen, tiefgekühlt oder frisch
- Eine kleine Handvoll Basilikum, fein gehackt
- Eine kleine Handvoll Pfefferminze, fein gehackt
- 70 g geschälte Haselnüsse*

Sauce

- 30 ml Olivenöl, plus etwas mehr zum Braten
- Saft einer grossen Zitrone
- 1 TL Dijonsenf
- 1 TL Honig
- Salz und Pfeffer

1. Zucchini und Spargel nacheinander in einer Pfanne mit etwas Olivenöl anbraten, bis sie weich sind, dabei leicht salzen.
2. Die Halloumi-Scheiben in etwas Olivenöl in einer Grillpfanne goldbraun grillieren.
3. Die Erbsen in kochendem Wasser für circa 1½ Minuten blanchieren.

4. Alle Zutaten für die Sauce miteinander verrühren, danach zwei Drittel der gehackten Kräuter einrühren.
5. Den Salat anrichten: zuerst die Salatblätter auslegen. Darauf kommen die Erbsen, der warme Spargel und die warmen Zucchettistreifen. Den warmen Halloumi und die Haselnüsse darüber verteilen und das Ganze mit den restlichen Kräutern garnieren. Mit Sauce beträufeln und sofort servieren.

***Tipp:** Haselnüsse lassen sich am einfachsten schälen, indem man sie im Backofen bei 150 Grad Umluft röstet, bis sie leicht gebräunt sind (circa 8 Minuten); danach in ein Tuch wickeln und aneinander reiben, bis sich die Haut gelöst hat. Für die schnelle Variante können die Haselnüsse aber auch nur geröstet werden.

Zubereitungsdauer: ca. 40 Minuten