

# ROHER SPARGELSALAT MIT SESAM



## Zutaten für 4 Personen

2 EL Sesamsamen  
3 EL Rapsöl  
1 EL Senf grobkörnig  
4 EL Weissweinessig  
1 EL Sojasauce  
1 Prise Zucker  
Salz  
Pfeffer aus der Mühle  
1 Bund Schnittlauch  
500 g Spargeln grün, frisch  
200 g Rucola

## Zubereitung

1. Die Sesamsamen ohne Fett in einer Bratpfanne goldbraun rösten.
2. Sesamsamen, Rapsöl, Senf, Essig und Sojasauce kräftig verrühren. Die Sauce mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen.
3. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und zur Sauce geben.
4. Die Spargeln waschen. Von den Spargelenden etwa 4 cm wegschneiden. Die Spargelspitzen abtrennen und längs halbieren, die Spargelstangen leicht schräg in sehr feine Scheibchen hobeln oder schneiden. Die Spargelspitzen und -scheibchen mit der Sauce mischen und 10 Minuten ziehen lassen.
5. Den Rucola waschen und gut abtropfen lassen. Den Spargelsalat mit dem Rucola auf Tellern anrichten und sofort servieren.