

## NFZ-REZEPT

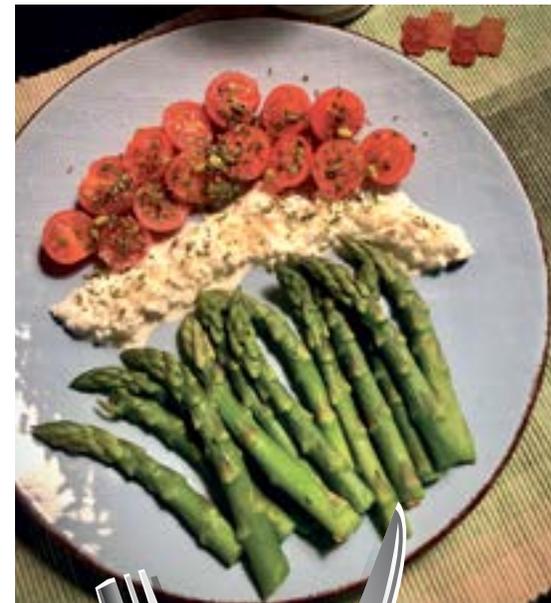
Vor- und  
Zubereitung:  
ca. 30 Minuten

Zutaten für 4 Personen::

- 1 kg grüner Spargel
- ½ Schalotte
- ½ Bund Kräuter, z. B. Schnittlauch, Petersilie
- 6 EL Olivenöl
- 4 EL Kräuteressig
- Fleur de Sel
- Pfeffer
- 500 g Cherrytomaten
- 200 g Hüttenkäse nature

## GRÜNER SPARGEL AN EINER KRÄUTER-VINAIGRETTE MIT TOMATEN UND HÜTTENKÄSE

Spargeln rüsten, im unteren Drittel schälen.  
5 – 8 Minuten im leicht gesalzenen Wasser kochen.  
Spargeln aus dem Kochwasser heben und abtropfen lassen.  
Schalotte und Kräuter fein hacken.  
Mit Öl und Essig mischen. Abschmecken mit Fleur de Sel und Pfeffer.  
Vinaigrette über die Spargeln träufeln.  
Cherrytomaten halbieren und nach belieben Würzen.  
Hüttenkäse in der Tellermitte anrichten.



Nadine Mathis und die Neue Fricktaler Zeitung wünsche en Guete.



**gebrüdermüller**

Metzgerei & Partyservice



*Gönn dir Freiland!*

Qualität aus der Region



Zürcherstrasse 31 | 4332 Stein | Tel. 062 873 00 13  
Hauptstrasse 66 | 5027 Herznach | Tel. 062 867 94 94  
www.muellerwurst.ch | Jeweils freitags am Buremärt in Sissach

Senden Sie uns Ihr bestes Rezept

Sie kochen gerne mit frischen Zutaten und möchten Ihr Lieblingsrezept mit anderen Menschen teilen? Dann sind Sie bei uns richtig. Schicken Sie uns Ihr Rezept mit einem Bild an [redaktion@nfz.ch](mailto:redaktion@nfz.ch)

**NEUE FRICKTALER ZEITUNG**

**FRICKTALER  
MEDIEN AG**