

Grüner Spargel mit Burrata und Avocado auf geröstetem Brot

Köstlicher grüner Spargel auf cremigem Burrata mit Avocado – dazu knusprig geröstetes Brot – sooo lecker und ganz schnell auf dem Tisch.

Vorbereitung 20 Min. · Kochzeit 10 Min. · Gesamtzeit 30 Min. · 2 Portionen

Zutaten

1 Bund grüner Spargel
1 Kugel Burrata
1 reife Avocado
2 Scheiben frisches Brot
2-3 EL Pinienkerne
Olivenöl
Saft von 1 Zitrone
1 EL Honig
Salz & Pfeffer
1 Knoblauchzehe (optional)

Zubereitung

1. Gebt 2-3 EL Pinienkerne in eine Pfanne und röstet sie fettfrei an. VORSICHT: Pinienkerne brennen schnell an!
 2. Entfernt die holzigen Enden vom Spargel und schält nur (maximal) das untere Drittel der Stangen.
 3. Gebt einen guten Schuss Wasser in eine große Pfanne, kocht das Wasser auf, gebt den Spargel hinein und lasst ihn wenige Minuten kochen bis er bissfest ist. Nehmt ihn dann aus der Pfanne und schüttet das überschüssige Wasser einfach weg.
 4. Gebt einen guten Schuss Olivenöl in die Pfanne und bratet den Spargel darin etwas an. Gebt nach 2-3 Minuten den Saft einer Zitrone und 1 EL Honig dazu und schwenkt den Spargel darin, bis er leicht anröstet. Würzt ihn mit Salz und Pfeffer.
 5. Schält und entkernt die Avocado und gebt sie mit der Kugel Burrata in eine kleine Schüssel. Verarbeitet das Ganze mit einer Gabel zu einer Creme und würzt alles mit Salz und Pfeffer.
 6. Toastet das Brot oder (viel besser) röstet es mit einem Schuss Olivenöl (und optional etwas Knoblauch) in einer Pfanne an.
 7. Legt die Brotscheiben anschließend auf die Teller, verteilt die Burrata-Avocado-Creme darauf, legt den Spargel auf die Creme und streut die gerösteten Pinienkerne darüber.
-