

<https://www.aspergecentrum.nl/>

Frisse aspergesalade van Mathijs Vrieze



Wit

Salade



3 Personen



Minder dan 30 minuten

Ingredienten

500 gr. Nederlandse asperges

verse peterselie

1 el. yoghurt

100 gr. doperwtjes

halve zoete ui

1 el. mayonaise

verse munt

snufje gemalen komijn

snufje zout en peper

Bereiding

1. Schil de asperges, snijd 2 cm van de onderkant af en breng in een ruime pan met water aan de kook. Zodra het water kookt 2 minuten koken, de asperges uit het water halen en af laten koelen. Hierdoor blijven de asperges beetgaar.
2. Maak in een ruime kom de dressing van yoghurt, mayonaise, fijngesnipperde zoete ui, doperwtjes, fijngehakte peterselie en munt. Breng de dressing op smaak met een snufje gemalen komijn, zout en peper.
3. Snijd de asperges in stukjes en meng door de dressing. De salade is lauwwarm lekker, maar je kunt hem ook in de koelkast bewaren en koud eten.
4. Serveersuggestie: lekker als amuse, lunchsalade, voorgerecht met gerookte zalm of rosbeef. Als diner met ei, ham of kipfilet.
5. Wilt u de bereiding van dit recept zien? Klik [hier](#).