

**E.P.I.**

## **La santé et la nourriture**

Das Essen

Was kannst du in Deutschland essen ?

>>> Die Gruppen :

Marius + Josephine

Jean (+ quelqu'un qui fait de l'espagnol ??)

>>>

Bénédicte +

Prisca +

Guenel +

---

Vous devez , pour la rentrée :

- Avoir trouvé votre recette allemande
- Faire un document « word » ou « pdf » ou « open office » en format A4 . Il faut qu'il y ait la recette écrite en allemand et en français . Vous devez aussi illustrer cette page avec des photos de la préparation de votre recette .

**Ce sera noté à la rentrée !!! Cela doit donc être fait avec sérieux pour le lundi 5 mars 2018 !!**

# Spargel Erdbeer Salat

## Zutaten

750 g	<u>Spargel, weiß</u>
750 g	<u>Spargel, grün</u>
	<u>Salz</u>
250 g	<u>Erdbeeren</u>
100 g	Zucker
100 ml	Balsamico, weiß
2 EL	Öl
150 g	Rucola
2 EL	<u>Pinienkerne</u>
1 TL	Basilikum, getrocknet
	Basilikum, frisch



[Cette photo](#) par Auteur inconnu est soumis à la licence [CC](#)

## Zubereitung

**Arbeitszeit:** ca. 20 Min. / **Schwierigkeitsgrad:** normal / **Kalorien p. P.:** ca. 270 kcal

Weißes Spargel schälen, untere Enden abschneiden. Grünes Spargel waschen, Enden abschneiden. Weißes Spargel in Salzwasser 15 Minuten garen, nach 5 Minuten Kochzeit den grünen Spargel zufügen.

Beeren halbieren oder vierteln.

Zucker karamellisieren, unter Rühren mit 100 ml heißem Wasser und heißem Essig ablöschen (Vorsicht, spritzt leicht), aufkochen, 5 - 7 Minuten köcheln. Mit Salz, Pfeffer und getrocknetem Basilikum würzen. Öl darunter schlagen.

Spargel abtropfen, Rucola und Spargel schön auf Tellern arrangieren. Die Beeren verteilen. Vinaigrette darüber gießen, bis zu 30 Minuten ziehen lassen.

Mit Pinienkernen bestreuen, Pfeffer darüber mahlen.

