Spargel-Erbsensalat mit Kartoffeldressing und ofengegartes Felchen

Zutaten:

- 500 g Spargel, weiß
- 50 g Erbsen (frisch oder tiefgekühlt)
- 100 g Erbsen- bzw. Zuckerschoten
- 150 g gekochte Kartoffeln, geviertelt
- 8 Cocktailtomaten
- Extra: 4 Felchenfilets, entgrätet, 2 EL Öl, 2 EL Zitronensaft

Zutaten für das Kartoffeldressing

- 55 g gekochte Kartoffel, mehlig kochende
- 75 g Spargelwasser
- 25 g Essig
- Salz, Pfeffer und eine Prise Zucker
- 30 g Rapsöl
- 1 TL Senf
- 1 TL Meerrettich
- Extra: 3 EL feine Zwiebelwürfel
- Extra: 3 EL Kresse

Zubereitung

Den Spargel schälen und in 2-3 cm große Stücke schneiden. Die Spargelstückchen in 0,5 Liter gesalzenem, kochenden Wasser ca. 3 Minuten kochen. Dann die Zuckerschoten und die Erbsen zugeben und weitere 2 Minuten kochen.

Die Spargelstücke, Erbsen und Zuckerschoten mit einem Sieblöffel herausnehmen und in eine Schüssel geben.

Vorgekochte Kartoffelviertel hinzugeben.

Die Zutaten für das Dressing, außer die Zwiebelwürfel und die Kresse, miteinander mixen. Danach die Zwiebelwürfel und die Kresse hinzugeben. Nochmal gut abschmecken und zum Gemüse geben, gut verrühren.

Die Felchenfilets salzen, pfeffern und mit Zitronensaft und Öl bestreichen. Im vorgeheizten Backofen bei 90°C Umluft ca. 12-15 Minuten (je nach Größe) garen.

Zum Servieren alles auf Teller verteilen und mit Kresse und Cocktailtomaten dekorieren.

Tipp: Dazu aufgebackenes Brot reichen.