



Spargel-Himbeer-Toast

 Dauer
30 min.

 Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Salz	
grüner Spargel	1 Bund
Himbeeren	100 g
Basilikum, frisch	10 g
Eier	1 St.
Schmand	200 g
Pfeffer, schwarz	
Toastbrot	8 Scheiben
Mozzarella	1 St.

Zubereitung

In einem Topf ca. 1 l Salzwasser zum Kochen bringen. Spargel waschen, im unteren Drittel schälen und in ca. 2 cm lange Stücke schneiden. Im kochenden Salzwasser ca. 2–3 Min. blanchieren, abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen.

Inzwischen Himbeeren waschen und abtropfen lassen. Basilikum waschen, trocken schütteln, Blättchen von den Stielen zupfen und fein hacken. Ei trennen, Eiweiß anderweitig verwenden. In einer Schüssel Schmand, Eigelb, Basilikum, Salz und Pfeffer verrühren.

Backofen auf 225 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Toastbrot kurz anrösten und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Die Hälfte vom Schmand darauf verteilen. Spargel und Himbeeren darauf verteilen, mit übrigem Schmand beträufeln. Mozzarella in dünne Scheiben schneiden, Toastbrote damit belegen. Im Backofen ca. 12 Min. gratinieren. Vorsichtig aus dem Ofen nehmen und noch heiß servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	606 kcal		
Kohlenhydrate	74 g	Ballaststoffe	8 g
Eiweiß	26 g	Fette	23 g