

Ensalada de fresas y espárragos.

- Para 4 personas .
 - ✓ 1 kg. de espárragos blancos.
 - ✓ 300grs. De fresas.
- Para la vinagreta:
 - 1 cucharada de miel.
 - 2 cucharadas de vinagre de módena blanco.
 - 3 cucharadas de aceite sal ,pimienta.
 - 100grs.de rúcula.
 - 1cucharada de almendras laminadas.
- Tiempo de preparación: 40 minutos.
- Preparación :

Pelar los espárragos y cortarlos en trozo al gusto. Cocerlos durante unos 20 minutos .Dejar enfriar los espárragos. Entretanto, limpiar las fresas y partirlas a la mitad.

Derretir la miel y añadir unos 50grs. de fresas. Cocer durante unos 5 minutos a baja temperatura. Disolver las fresas con el vinagre de módena. Añadir aceite y reducirlo todo a puré .

Salpimentar.

Mezclar la rúcula ya limpia con los espárragos y el resto de las fresas. Rociar con la vinagreta fria y espolvorear con las almendras laminadas.