

Sparristips från Mat & Destillat i Lund

Grön Lundasparris med rostad solrosfröpure, dill och svartpepparvinegrätt

Till 4 pers:
0,5 kg sparris
En klick smör
Salt
1 knippe färsk dill

Gör så här:
Börja med solrosfröpure och sätt åt sidan så den är lite ljummen till servering.

Gör vinegrätt och sätt åt sidan.

Koka upp rikligt med vatten och lägg i smör och lite salt.

Ta 6 av sparrisarna och hyvla tunt på längden på en mandolin eller med en vass potatisskalare, lägg sparrisskivorna i isvatten i 10 min och låt sedan rinna av på en bit papper.

Koka resterande sparris i livligt kokande vatten i ca 3 min, servera så fort som möjligt.

Fördela den kokta sparrisen på 4 tallrikar, skeda över lite vinegrätt, lägg den tunt hyvlade råa sparris över den kokta tillsammans med lite dill, lägg en klick solrosfröpure på varje tallrik och servera!

Solrosfröpure:

Rosta solrosfrö i ugn 150 grader i 5-6 min mixa snabbt med hasselnötsolja ,vatten och lite salt till en grov puré.

150g solrosfrö
1 msk hasselnötsolja
1 msk vatten
2 nypor salt

Svartpeppar vinegrätt:

Finhacka schalottenlök blanda med grovmald svartpeppar från kvarn, vinäger och olivolja.

1 schalottenlök
1 krm svartpeppar
2 msk vinäger av god kvalité
2 msk olivolja

Blanda alla ingredienser i en skål.

