



# Spargel Schinken Röllchen

mit Rucola und Kohlrabi

## Zutaten für 4 Personen:

12 Scheiben WOLF Thüringer Kochschinken

500 g Spargel

1 Kohlrabi (ca. 350 g)

Zucker

1 Bund Rucola (ca. 60 g)

3 EL Olivenöl

4 EL Zitronensaft

5 EL Sauce Hollandaise wahlweise  
auch Mayonnaise / Remoulade

Salz und Pfeffer

## So wird's gemacht:

1. Spargel waschen, schälen und die holzigen Enden abschneiden. Dickere Spargelstangen längs halbieren. Kohlrabi schälen, waschen und zuerst in ca. ½ cm dicke Scheiben, dann in dünne Stifte schneiden.
2. Spargel und Kohlrabi in kochendem Salzwasser mit 1 Prise Zucker ca. 3 Minuten blanchieren. Gemüse herausnehmen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Ca. 5 EL vom Kochwasser für das Dressing aufbewahren.
3. Rucola verlesen, waschen und gut abtropfen lassen.
4. Für das Dressing 5 EL vom Kochwasser, 2 EL Olivenöl und 3 EL Zitronensaft zusammen mit der Sauce Hollandaise mit einem Schneebesen aufschlagen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.
5. Spargel, Kohlrabi und Rucola locker mischen. 2 EL Olivenöl und 1 EL Zitronensaft darüberträufeln, mit Salz und Pfeffer würzen.
6. Schinkenscheiben auf der Arbeitsfläche ausbreiten. Spargelmix darauf verteilen und in die Schinkenscheiben einrollen. Je 3 Schinkenröllchen und etwas Dressing auf Tellern anrichten. Übriges Dressing dazureichen.

**Lass es dir schmecken!**

**Noch mehr leckere Rezepte gibt's auf [wolf-essgenuss.de/blog](http://wolf-essgenuss.de/blog)**

*Gutes Essen – Gute Freunde – Gutes Leben*