

Leckere Rezepte für die Spargelzeit

Spargel auf "Metzgerinnen Art"

Zutaten (4 Personen)

2kg Spargel
200g gekochter Schinken
100g geröstete Mandeln
120g zerlassene Butter

Zubereitung

Der geschälte Spargel wird reichlich mit Zucker und Salz gewürztem Wasser gekocht. Fein gewürfelte Schinken in gebräunter Butter leicht anbraten. Gehobelte Mandeln goldgelb rösten.

Stangenspagel auf einem Teller anrichten, das ganze mit dem vorbereiteten Schinken und Butter übergießen.

Anschließend mit den leicht gerösteten Mandeln und frisch gehackter Petersilie garnieren.

Dazu werden neue Butter-Kartoffeln gereicht.

Spargel im Rock

Zutaten (4 Personen)

720g frischer Stangenspagel, weiß, geschält
100g Weizenmehl
200ml Milch 3,5% Fett
2 Eier
120g Schmand
200ml Sauce Hollandaise
40g Haselnüsse gemalen
10g Petersilie
Salz, Pfeffer

Zubereitung

Aus Mehl, Milch, Eiern und Salz einen Crepe Teig herstellen und dünne Crepe ausbacken. Die Haselnüsse rösten und mit der Hollandaise verrühren. Den Schmand mit der Petersilie vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Spargel garen. Zum Anrichten heißen Spargel auf den Crepe legen und etwas Schmand darauf geben. Den Spargel in den Crepe so einschlagen, dass die Spargelköpfe herausragen. Anschließend mit der erwärmten Sauce Hollandaise nappieren.

Tortellini und Spargelspitzen

für ca. 4 Personen, Zubereitung: 30 min

Zutaten:

1 kg weiße Spargelspitzen, Salz, Zucker, 3 Frühlingszwiebeln, 2 EL Olivenöl, 1Pkg. stückige Tomaten (500 g), 1 Zweig Rosmarin, Pfeffer, 500g grüne Tortelline (mit Käse- oder Fleischfüllung; Kühltheke)

Zubereitung:

1. Spargelspitzen waschen, schälen, die Enden gerade schneiden. In kochendem Salzwasser mit Zucker in 5-8 Min. bissfest garen.

2. Inzwischen die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und mit dem zarten Grün in feine Ringe schneiden. Das Öl erhitzen und die Zwiebelringe darin andünsten. Tomaten und Rosmarin dazugeben. Zugedeckt bei kleiner Hitze etwa 10 Min. köcheln lassen.

3. Die Tortellini in reichlich kochendem Salzwasser nach Packungsangabe garen, abgießen und abtropfen lassen.

4. Den Spargel abgießen und abtropfen lassen. Die Tomatensauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Tortellini mit der Sauce und den Spargelspitzen anrichten.

Grüner Spargel mit Salsa

für ca. 4 Personen

Zutaten:

1 kg grüner Spargel, Salz, 1 Prise Zucker, 1 Bund Radieschen mit schönen Blättern, 2 EL Limettensaft, 1EL Rapsöl, Cayennepfeffer

Zubereitung:

1. Spargel waschen, das untere Drittel schälen, holzige Enden abschneiden. In leicht kochendem Salzwasser mit 1 Prise Zucker in 6-8 Min. bissfest kochen.

2. Radieschen waschen, putzen und fein würfeln, die Blätter hacken. Beides mit Limettensaft und Öl mischen, mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken. Zum Spargel servieren.

Spargel mit Käse und Tomaten

für ca. 4 Personen

Zutaten:

1,5 kg weißer Spargel, Salz, 1 Prise Zucker, 1 EL Butter, 200 g Granada Padano oder Greyerzer, 50 g getrocknete Tomaten (in Öl), 2 EL Kräuterblättchen, Pfeffer

Zubereitung:

1. Den Spargel waschen, schälen, die Enden abschneiden. Stangen halbieren, in kochendem Salzwasser mit Zucker und Butter in 12-15 Min. garen.

2. Inzwischen den Käse reiben, die Tomaten klein würfeln. Spargel abgießen. Käse, Tomaten und Kräuter zufügen, salzen und pfeffern. Alles vermischen, bis der Käse halb geschmolzen ist.

Spargel – Erdbeersalat

für ca. 4 Personen, Zubereitung: 30 Min, Marinierzeit: 2 Std

Zutaten:

1 Vanilleschote, ½ TL Zucker, 50 ml trockener Sherry (ersatzweise Gemüsebrühe), 500 g weißer Spargel (dicke Stangen), 2 EL weißer Balsamessig (ersatzweise Weißweinessig), 2 EL Orangensaft, Salz, Pfeffer, 6 EL Olivenöl, 1 großes Bund Rucola, 200 g Erdbeeren

Zubereitung:

1. Die Vanilleschote längs halbieren, das Mark herauskratzen. Vanillemark mit Vanilleschote, Zucker und Sherry aufkochen. Vom Herd nehmen und 10 Min. Ziehen lassen. Die Schote entfernen.

2. Den Spargel waschen, schälen und die holzigen Enden abschneiden. Die Stangen schräg in sehr dünne Scheiben schneiden.

3. Essig mit Orangensaft, Salz, Pfeffer und Öl verrühren. Den Vanillesirup langsam zugießen, alles in einem cremigen Dressing verrühren. Den Spargel untermischen und zugedeckt etwa 2 Std. marinieren.

4. Rucola waschen und trockenschütteln, dicke Stiele entfernen. Erdbeeren waschen, entkelchen und vierteln. Beides mit dem Spargel vermischen.

Spargel und Krabbenrührei

für ca. 4 Personen

Zutaten:

1,2 kg weißer Spargel, Salz, 1 Prise Zucker, 3 EL Butter, 1 kleines Bund Dill, 8 Eier, 100 ml Milch, 100 g Nordseekrabben

Zubereitung:

1. Spargel waschen, schälen, die Enden abschneiden. In leicht kochendem Salzwasser mit Zucker und 1 Ei Butter in 12-15 Min. bissfest garen.

2. Dill waschen und hacken. Eier mit Milch, etwas Salz und Dill verquirlen. Restliche Butter zerlassen. Eiermilch darin zu 2/3 stocken lassen. Krabben untermischen, kurz erhitzen und mit dem Spargel servieren. Beilage: Brot

Pariser Spargelsuppe

für ca. 4 Personen

Zutaten:

500 g frischer Spargel (auch sehr dünner oder Brechspargel), 2 gestrichene TL Salz, 2 EL Butter, 2 EL süße Sahne, 4 EL saure Sahne oder Sahnejoghurt, 4 Eigelbe

Zubereitung:

1. Die Spargel schälen und in etwa 2 cm lange Stücke schneiden. Die holzigen Enden nicht verwenden. Die Stücke in Wasser mit dem Salz weich kochen. Die Köpfe herausfischen. Die übrigen Spargel mit der Butter durch ein Sieb streichen oder im Elektromixer 5 Min. lang fein pürieren und die Spargelreste zurückhalten. Den dünnen Spargelbrei in einem Topf aufkochen und die süße und die saure Sahne oder den Joghurt einrühren.

2. Die Eigelbe in einer Schale verrühren, mit einigen Löffeln heißer Suppe nach und nach auffüllen und die Einmischung in die heiße, aber nicht mehr kochende Suppe rühren. Die Spargelköpfe zufügen und die Suppe sofort in Tassen füllen.