

Schwarzautaler

Gemüsebau
FAMILIE
LATZER

SPARGEL

Rezepte

Spargelcremesuppe

1kg weißer Spargel
1 große Kartoffel
50ml Schlag
2 El Weißwein
1El Zitronensaft
1El Butter
1El Mehl
Salz, Pfeffer
Zucker
Schnittlauch

Spargel waschen, schälen, die Enden abschneiden und die oberen 10cm beiseitelegen. Den Rest in Stücke schneiden. Butter und Mehl anschwitzen und mit Wein ablöschen. Wasser, geschälte-gewürfelte Kartoffel und Spargelstücke dazu geben. Zitronensaft, Salz, Pfeffer würzen. 15min köcheln lassen. Suppe pürieren und danach Spargelspitzen dazugeben. Nochmals 5 min köcheln lassen. Schlagobers einrühren, abschmecken und mit Schnittlauch bestreut servieren.





Spargel Baguette

500g Weizenmehl
5 Stangen Spargel
21g Germ
20g Olivenöl
250ml lauwarmes
Wasser
1TI Salz

Aus dem Mehl mit Olivenöl, Germ, Wasser und Salz, einen Teig bereiten. Spargel in kleine Stücke schneiden und zum Schluss einkneten. 30 min gehen lassen. Baguette formen und auf einem Backblech nochmals weitere 10 min gehen lassen. Mit Öl bestreichen und mit groben Salz bestreuen und bei 200C Heißluft 30 – 40 min backen.

Spargel Risotto

500g weißer oder
grünen Spargel
Salz
20g Butter
2 Zwiebeln
300g Risottoreis
50ml Weißwein
1l Klare Suppe
Frischer Petersilie
Schnittlauch
20g Parmesan

Spargel waschen, schälen, die Enden abschneiden und die oberen 5cm beiseitelegen. Den Rest in Stücke schneiden. Zwiebeln in Butter goldgelb anrösten, Risottoreis anschwitzen und mit Wein ablöschen. Die Spargelstücke dazugeben und einen Teil Suppe angießen und einziehen lassen. Nach und nach restliche Flüssigkeit zugeben und mehrmals umrühren. Bei letzter Flüssigkeitszugabe die Spargelspitzen in den Topf geben. Wenn alle Flüssigkeiten aufgesogen wurden, mit Parmesan und Kräutern bestreut servieren.

Tipp:

Passend als Beilage zu Fisch und Fleisch



Hühnerrouladen mit Spargel

4 große Hähnchen-
schnittel

Salz & Pfeffer

Je 8 Stangen weißer
und grüner Spargel
nur die oberen 10 cm

1 Prise Zucker

1 TL Butter

60g Frischkäse

Öl

50 ml Weißwein

150 ml Schlag

Maizena

Spargel waschen, Enden abschneiden, weißen Spargel schälen und beide Sorten in kochendem Salzwasser mit Zucker und Butter bissfest garen. Abgießen und Koch Sud aufbewahren. Die Hühnerschnittel würzen, mit Frischkäse bestreichen und mit je einer grünen & weißen Spargelstange belegen, einrollen und fixieren. In jedes Schnittel, je eine weiße und grüne Spargelstange legen. Die Rouladen in Öl anbraten. Mit Wein ablöschen, etwas Koch Sud aufgießen und 15min köcheln lassen. Den Bratenfond mit Schlag und Maizena aufgießen und etwas einkochen lassen. Abschmecken und die Hähnchenrouladen mit der Sauce servieren.

Tipp:

Spinat, Schinken und Käse mit einrollen

Ofen Spargel & Erdäpfel

1kg Spargel
1kg kleinere Kartoffel
Olivenöl
Salz
Gewürze
Parmesan

Spargel waschen und schälen. Kartoffeln schälen und halbieren. Kartoffeln und Spargel jeweils auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Beides mit Olivenöl einreiben und mit Salz bestreuen. Kartoffeln können nach Geschmack gewürzt werden. (z.B. Paprika, Rosmarin, Kerbel, Kreuzkümmel) Bei 200C Grill stufe für 10 – 15 min im Ofen überbacken. Noch heiß mit Parmesan bestreuen.





Sauce Hollandaise einfach

*150g Butter
2 Dotter
1EI Creme Fraiche
Salz, Pfeffer
2EI Wein
1TI Senf*

Butter langsam zergehen lassen. Dotter, Creme Fraiche, Wein, Senf, Salz und Pfeffer mit dem Stabmixer schaumig schlagen. Bei ständigem mixen, langsam die flüssige Butter zugeben. Im Wasserbad bis zum servieren warmstellen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft fertig abschmecken

Bedarf:

*Hauptspeise 500g/Person
Beilage 200g/Person*

Spargel schälen

Weißer Spargel:

2-3cm unterhalb des Kopfes
dünn beginnen und zum Ende
hin dicker werden

Grüner Spargel:

nur das untere Drittel

Spargel garen

Gewürze: Salz, Zucker,

ein wenig Butter,

evtl Zitronensaft;

Spargel liegend oder

stehend, je nach Dicke der

Stangen (5-15min) dämpfen

oder garen.

Wichtig - nicht zerkochen!

Vorratshaltung

Weißspargel kann in einem

feuchten Tuch, im Kühlschrank

einige Tage aufbewahrt werden

Grünspargel kann trocken,

einige Tage im Kühlschrank

aufbewahrt werden.

