

Rezepte „Spargelkochkurs“

2. Mai 2017

Gruß aus der Küche

Röllchen mit Rieser Rauchfleisch gefüllt mit Spargel auf Radieschen Creme

Ein Stück von einer gekochten Spargelstange in eine rohe Schinkenscheibe einrollen. Für die Radieschen Creme, Quark mit etwas flüssiger Sahne zu einer sämigen Masse rühren. Feingehackte Radieschen untermischen und mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken. Zuletzt fein gehackte Petersilie untermischen. Die Creme in ein Gläschen füllen und das Schinkenröllchen darauf anrichten und nach Belieben garnieren.

Vorspeise

Zweierlei Salat vom Rieser Spargel auf Spinatcreme dazu eine kleine

Spargelfrikadelle

Zweierlei Spargelsalat: Weißen Spargel schälen und mit kaltem Wasser abspülen. Einen Topf mit Wasser zum Kochen bringen. In das Wasser wenig Salz, einen Spritzer Zitrone und eine Prise Zucker geben. Den Spargel, je nach Dicke 12-15 Minuten köcheln. Den Spargel aus dem Sud nehmen und auskühlen lassen. Vom grünen Spargel die Enden fingerbreit abschneiden und ebenfalls wie den weißen Spargel kochen. Der grüne Spargel braucht die Hälfte Garzeit. In der Zwischenzeit wo der Spargel auskühlt eine Salatmarinade herstellen und zwar mit Wasser, Essig, Salz, Pfeffer, etwas Zucker, Salatöl und fein gehackten Küchenkräuter. Den ausgekühlten Spargel jetzt in die Salatmarinade legen und eine Stunde darin ziehen lassen.

Spargel im Dampfgarer kochen: So wird der Spargel besonders schonend gegart und behält sein intensives Eigenaroma. Im Dampfgarer wird der Spargel in einer Garschale gleichmäßig gegart. Der geschälte Spargel wird in einer gelochten Garschale verteilt und bei daumendicker Stärke ungefähr 10 – 12 Minuten gegart. Der grüne Spargel braucht ca. 3 Minuten weniger.

Spinatcreme: 200 g frischen Spinat, waschen und mit feinen Zwiebelwürfel in einer Pfanne in etwas Öl anschwitzen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Den ausgekühlten Spinat mit zwei gekochten, ausgekühlten Pellkartoffeln und 1/8 Liter Sahne in einen Messbecher geben und mit dem Pürierstab zu einer sämigen Masse pürieren. Abschmecken mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft.

Spargelfrikadelle: Aus 250 g gemischtem Hackfleisch, einem Ei, 250 g rohen fein geschnittenen grünen Spargel, feine Würfel einer mittleren Zwiebel und 50 g Semmelbrösel einen Frikadellenteig herstellen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Zuletzt fein gehackte Petersilie unter den Teig mengen. Kleine Frikadellen formen und in Öl ausbraten. Zum Anrichten der Vorspeise, Spinatcreme auf den Teller geben und die marinierten Spargelstangen darauflegen. Die gebratenen Spargelfrikadellen im warmen Zustand mit anlegen. Den Vorspeiseteller mit Salat und Tomatenscheiben ausgarnieren.

Suppe

Gebundene Spargelsuppe mit Saltimbocca von der Hähnchenbrust und

Vollkorncrouton

500 g Spargelschalen waschen und in einem Liter leicht gesalzenem Wasser eine halbe Stunde auskochen und den Sud abpassieren. 200 g weißen Spargel in Stücke schneiden und in leicht gesalzenem Wasser mit einer Prise Zucker ca. 12 Minuten kochen. Die Spargelstücke abgießen und das Spargelwasser zu dem Spargelsud in dem die Schalen geschält wurden geben. Die Brühe mit 50 g Butter und 4 cl Weißwein zum Kochen bringen. 100 g Mehl mit 0,1 Liter Öl anrühren und die Suppe damit abbinden und aufkochen. Die Spargelstücke jetzt zur Suppe geben. Die Suppe mit flüssiger Sahne verfeinern. Abschmecken mit Salz und einer Prise Muskat.

Saltimbocca von der Hähnchenbrust: Aus der Hähnchenbrust 2 Zentimeter breite Stücke schneiden, mit einem Salbeiblatt belegen, mit rohem Schinken einwickeln und in einer Pfanne ausbraten. Die gebratenen Stücke einzeln auf einen Holzspieß stecken und beim Servieren der Suppe am Tellerrand mit anrichten. Aus Vollkorntoast Rauten schneiden, in einer Pfanne in Öl knusprig anbraten und ebenfalls auf die Suppe legen.

Hauptgang

Stangenspargel aus dem Dampfgarer mit Zanderfilet, Petersilienkartoffeln

Kirschtomate und Sauce Hollandaise

Spargel wie beim Rezept der Vorspeise kochen. Man rechnet, wenn man den Spargel nur als Hauptgang anbietet, mit 500 g pro Person. Ist der Spargel als Menübestandteil oder als Beilage, rechnet man 300 g als Portion pro Person.

Gebratenes Zanderfilet: Filetstücke vom Zander mit Küchenpapier trocken tupfen, mit Salz und Zitrone würzen, die Zanderfilets mehlieren und in einer Pfanne auf beiden Seiten in Öl je 3 - 5 Minuten braten.

Petersilienkartoffeln: Salzkartoffeln kochen, abgießen und in Butter in einer Pfanne anschwelen. Frisch gehackte Petersilie zugeben.

Kirschtomaten: Kirschtomaten waschen, trocken tupfen und in einer Pfanne in Öl kurz anschwelen. Rosmarin mit in die Pfanne geben. Tomaten mit Salz und Pfeffer würzen. Die Tomaten sollen ganz bleiben.

Sauce Hollandaise: 200 g Butter zerlaufen lassen und abpassieren. 4 Eigelbe mit der gleichen Menge Weißwein in einer Edelstahlschüssel cremig aufschlagen. Jetzt die Butter im lauwarmen Zustand langsam einrühren. Abschmecken mit Salz, Zitronensaft und Worcestersoße.

Nachtisch

Spargel – Honig – Mousse mit Erdbeer – Rhabarber – Ragout

4 Blatt Gelatine in kaltem Wasser einweichen. 500 g sehr weich gegarten, ausgekühlten weißen Spargel pürieren und durch ein Sieb streichen. 200 g Sahne steif schlagen. 3 Eigelbe mit 100g Honig in einer Edelstahlschüssel im heißen Wasserbad cremig aufschlagen. Jetzt die ausgedrückte Gelatine einrühren und die Masse kalt runter rühren. Einen Spritzer Zitronensaft unterrühren. Jetzt die abgekühlte Masse unter die geschlagene Sahne heben, In Gläschen füllen und kühl stellen.

Erdbeer – Rhabarber – Ragout: 200 g Rhabarber schälen und in einen Zentimeter große Würfel schneiden. In einem flachen Topf 80 g Zucker schmelzen und den Rhabarber darin ca. 5 Minuten andünsten. 200 g Erdbeeren in Würfel schneiden und unter den Rhabarber geben und das Ragout von der Herdplatte nehmen. Mit Zucker und Zitronensaft nachschmecken. Das Ragout kühl stellen und beim Servieren der Spargel – Honig – Mousse mit anrichten.