SPARGEL

VORBEREITUNG & ZUBEREITUNG

Grundsätzlich gilt, dass weißer Spargel geschält werden sollte. Am besten ist, man legt ihn der Länge nach in die Hand und zieht mit einem Spargelschäler, oder auch mit einem ganz einfachen Sparschäler, die äußere Schicht rundum gleichmäßig ab. Man beginnt etwa fünf bis sieben Zentimeter unter der Spargelspitze und achtet darauf, dass alle Schalen weggeschält sind, so bleiben später keine langen Fasern am Teller.

Etwa einen halben Zentimeter über der Schnittstelle sollte man das untere Ende abschneiden, so merkt man, ob der Spargel zart ist. Ist er dagegen hart, sollte noch ein wenig nachgeschnitten werden.

Wer mag, kann den Spargel so einfrieren, wofür weißer Spargel besser geeignet ist als grüner. Nur geschält und nicht blanchiert bleibt ein wenig mehr Geschmack erhalten, der aber bei Weitem nicht an jenen von frischem Spargel herankommt. Mehr als sechs Monate sollte er nicht tiefgekühlt bleiben. Wichtig ist, dass er vor der Zubereitung nicht aufgetaut wird, sondern direkt aus dem Gefrierschrank in kochendes Wasser kommt.

Beim Grünspargel muss die Schale nicht entfernt werden. Trotzdem empfehlen wir, die unteren Enden zu schälen, vor allem, wenn die Stangen knapp über dem Anschnitt weiß bzw. heller grün sind.

Wie der Spargel weiter verarbeitet wird, bestimmt das jeweilige Rezept oder auch die gewohnte Zubereitungsart. Vor vielen Jahren wurde dem Kochwasser noch allerhand beigemengt. Da waren Semmeln zu finden, genauso wie Zitronen oder Milch, sogar Suppenwürze und mitunter sehr viel Zucker kamen ins Salzwasser.

Heute weiß man, dass der Spargel seinen feinsten Geschmack in nur gesalzenem Wasser entfaltet. Wenn er von guter Qualität ist, hat er kaum Bitterstoffe und braucht damit auch keine Beigaben, die sie neutralisieren.

Wie lange der Spargel gekocht wird – von einigen Minuten bis zu einer Viertelstunde –, ist Geschmackssache. Hier reichen die Vorlieben von bissfest bis butterweich, entscheidend ist auch, wie dick die Stangen sind. Sehr gut gelingt Spargel im Dampfgarer. Braten, schmoren, grillen, überbacken, panieren, karamellisieren... die Zubereitungsarten sind so vielfältig geworden, die Phantasie scheint unendlich und der Spargel ist doch sehr geduldig...

KAMMERHOF
SPARGEL AUS DEM LAVANTTAL

SPARGEL IDEEN

SAUCE HOLLANDAISE

ZUTATEN:
2 EL Weißwein
Salz, Pfeffer
3 Eigelb
150 g Butter

ZUBEREITUNG:

Weißwein mit Salz und Pfeffer aufkochen, dann die Pfanne abkühlen lassen. Eigelb unterrühren. Die Masse über Wasserdampf unter ständiger Beigabe der zerlassenen Butter aufschlagen, bis sie dick wird.

Wichtig ist bei einer Hollandaise, dass sie über dem Wasserdampf nicht zu heiß wird, dann gerinnt das Eigelb.

Als einfache Variante für Ungeübte empfehlen wir, den Weißwein mit Salz und Pfeffer aufzukochen, und die Pfanne wieder gut abzukühlen. Eigelb einrühren. Dann die heiße, schäumende Butter einschlagen. – Das Ganze ohne Wasserdampf. Die Sauce wird nicht so schäumend, schmeckt aber auch hervorragend und gelingt ganz leicht.

SPARGELFOND
BASISREZEPT

ZUTATEN:
500 g Schalen und Abschnitte vom Spargel
3 Scheiben Weißbrot oder 1 Semmel
evtl. Stängel von Petersilie und Dill oder Bärlauch
Zitronensaft und -schale

ZUBEREITUNG:

Spargel, Weißbrot und Kräuterstängel mit Wasser bedecken und ca. 35 Minuten weichkochen, kurz mixen und passieren. Mit Zitronensaft und -schale versetzen.

KONTAKT:

DER KAMMERHOF - FAMILIE JÄGER
Höfern 4, 9433 St. Andrä

Email: jaeger@spargel-lavanttal.at
Telefon: +434358/2259
Mobiltelefon: +43664/4609644
Fax: +434358/4098

www.spargel-lavanttal.at

KAMMERHOF
SPARGEL AUS DEM LAVANTTAL

SPARGEL REZEPTE I

SPARGEL ALLA PARMIGIANA

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:
1 kg weißer Spargel
100 g Butter
70 g Parmesan gerieben
Salz

ZUBEREITUNG:

Spargel schälen und ca. 15 Minuten in Salzwasser kochen, danach abtropfen lassen und in eine feuerfeste Form legen. Mit zerlassener Butter übergießen und mit Parmesan bestreuen. Im vorgeheizten Backrohr bei 190 Grad C ca. 12 Minuten überbacken. Heiß servieren.

SPARGEL MIT „SALSA MIMOSA"

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:
500 g weißer Spargel
4 hartgekochte Eier
Saft einer Zitrone
2 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer
1 EL Petersilie, gehackt

ZUBEREITUNG:

Spargel schälen, in Stücke schneiden und 6 Minuten in Salzwasser kochen. Die gekochten Eier schälen, mit einer Kartoffelpresse pressen oder mit einer Gabel zerkleinern. Zitronensaft, Olivenöl, Salz, Pfeffer und Petersilie untermischen.

Den Spargel mit der Sauce marinieren und anrichten.

SPARGEL ALLA MEDITERRANEA

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:
1 kg grüner Spargel
2 Knoblauchzehen
100 g Oliven
1 Bund Petersilie
4 EL Olivenöl
1 EL Kapern in Salz eingelegt
Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG:

Spargel schälen, in 5-6 cm lange Stücke schneiden und 6 Minuten in Salzwasser kochen. Die Kapern unter fließendem Wasser waschen. Den Knoblauch mit Olivenöl, den Oliven und Kapern in einer Pfanne erhitzen, Spargel und etwas Spargelkochwasser (100 ml) dazu geben und einige Minuten köcheln lassen.

In einem tiefen Teller anrichten und mit gehackter Petersilie bestreuen.

KAMMERHOF
SPARGEL AUS DEM LAVANTTAL

Die Rezepte dieser Seite stammen von AMI SCABAR und sind - neben weiteren - im Buch „Spargel zwischen Alpen und Adria - Erde Wachstum Ernte Küche" (von Waltraud Jäger und Norbert Janesch, Verlag Heyn, Klagenfurt 2014) zu finden.

Nähere Informationen auf www.spargel-lavanttal.at

SPARGEL REZEPTE II

SPARGELCREMESUPPE MIT CURRY

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:
300 g Spargelabschnitte
4 Stangen weißer Spargel
2 EL gehackte Schalotten
1 kleine Knoblauchzehe, 2 EL Haselnussöl,
1/2 TL Kurkuma, 1/2 TL Curry,
125 ml Kokosmilch, 500 ml Spargelfond*,
1 TL geraspelter Ingwer, Salz,
weißer Pfeffer, gehackte Chilischote,
Schnittlauch oder Sauerampfer

ZUBEREITUNG:
Spargelabschnitte in 1/2 cm große Scheiben schneiden. Schalotten, Knoblauch und Ingwer im Haselnussöl anlaufen lassen. Spargelabschnitte dazugeben, mit Curry und Kurkuma leicht anrösten, mit Kokosmilch und Spargelfond aufgießen und weich kochen. Mixen und passieren. Abschmecken. Ganze Spargelstangen kochen, in Stücke schneiden und als Einlage dazugeben. Mit Schnittlauch oder Sauerampfer servieren.

**Zubereitung Spargelfond siehe Seite 4.*

SPARGEL-ERDÄPFEL-SALAT

KALTE VORSPEISE FÜR 4 PERSONEN:
400 g weißer und grüner Spargel
350 g speckige Erdäpfel, 2 EL gehackte Schalotten, 60 ml Himbeeressig,
150 ml Spargelfond*, 10 grüne Oliven,
1 EL gekochte Senfkörner, weißer Pfeffer,
3 Sardellenfilets, 100 ml Leinöl (ersatzweise Olivenöl) Schnittlauch, Blattsalate

ZUBEREITUNG:
Spargel schälen und kochen. Erdäpfel kochen. In der Zwischenzeit aus den Zutaten von Schalotten bis Pfeffer ein Dressing zubereiten und erwärmen. Die geschälten Erdäpfel ins Dressing blättern und kurz marinieren lassen. Spargel in 3 cm kurze Stücken schneiden und dazugeben. 1/2 Stunde ziehen lassen. Mit Leinöl versetzen und abschmecken. Auf Blattsalaten anrichten und mit Schnittlauch bestreuen.

**Zubereitung Spargelfond siehe Seite 4.*

SPARGEL-SPINAT-GRATIN MIT CHAMPIGNONS

HAUPTSPEISE FÜR 4 PERSONEN:
200 ml Rahm, 2 Eidotter
80 g Butter, 2 Knoblauchzehen
1 EL gehackte Schalotte
400 g Blattspinat, blanchiert
8 Stangen weißer Spargel
1 EL gehackte Schalotte
250 g Champignons
Muskat, Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG:
Für die Gratinmasse 3 EL Rahm mit Eidotter verrühren. Butter, Schalotten und Knoblauch anlaufen lassen, blanchierten Spinat dazugeben und dünsten, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Spinat in eine gebutterte Auflaufform geben. Spargel schälen und kochen. In schräge Scheiben schneiden und auf den Spinat legen. In der „Spinatpfanne" die restlichen Schalotten mit den Champignons anlaufen lassen, salzen, trocken dünsten, mit dem restlichen Rahm aufgießen und einkochen lassen. Abschmecken. Auf die Spinat-Spargel-Masse geben, mit der Gratinmasse bestreichen und im Rohr bei 200 Grad C gratinieren. Mit getrockneten Steinpilzen (vorher eingeweicht) ein ganz besonderer Genuss.

KAMMERHOF
SPARGEL AUS DEM LAVANTTAL

Die Rezepte dieser Seite stammen von SISSY SONNLEITNER und sind - neben weiteren - im Buch „Spargel zwischen Alpen und Adria - Erde Wachstum Ernte Küche" (von Waltraud Jäger und Norbert Janesch, Verlag Heyn, Klagenfurt 2014) zu finden.

Nähere Informationen auf www.spargel-lavanttal.at