

Spargelsuppe mit Schinken (für 4 Personen)

300 g Suppenspargel
Salz, Zucker, Butter
50 g Butter
50 g Mehl
125 g Sahne
Weißer Pfeffer
30 g kalte Butter in Flöckchen
4 Scheiben Toastbrot
100 g roher Schinken in Scheiben
4 EL gehackte Petersilie

Der Spargel wird gewaschen und geschält, in ca. 5 cm lange Stücke geschnitten und in Wasser mit wenig Salz, Zucker und Butter ca. 8 Minuten bissfest gekocht. Anschließend abgießen und den Sud dabei auffangen. Butter in einem Topf erhitzen, Mehl darin anschwitzen und den Spargelsud nach und nach zugießen. Etwa 20 Minuten köcheln lassen. Suppe anschließend vom Herd nehmen, die Sahne einrühren und mit Pfeffer abschmecken. Die kalte Butter mit einem Schneebesen einarbeiten und die Spargelstücke in die Suppe geben. Toastbrotstücke würfeln und ohne Fettzugabe in einer Pfanne bei schwacher Hitze rösten. Schinken in mundgerechte Stücke zupfen und ohne Fettzugabe knusprig braten. Brotwürfel und Schinken in die Suppe geben. Fertige Suppe mit Petersilie garniert servieren.

Spargeltortilla (für 4 Personen)

500 g Spargel
250 g Kartoffeln
40 g Butter
4 Stängel Petersilie
4 Eier
4 EL Sahne
50 g Parmesan oder Pecorino
Salz, gemahlener bunter Pfeffer

Spargel waschen und schälen. Die Stangen schräg in 5 Millimeter feine Scheiben schneiden. Kartoffeln schälen und in dünne Streifen schneiden. In einer beschichteten Pfanne die Butter schmelzen. Spargel und Kartoffeln darin zugedeckt 10 Minuten dünsten. Gelegentlich umrühren. Die Petersilie waschen, trocknen, die Blätter abzupfen und fein hacken. Eier, Sahne, Käse und Petersilie verquirlen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Eiermilch über das vorgegarte Gemüse gießen und bei schwacher Hitze zugedeckt in etwa 10 Minuten stocken lassen. Dabei die Pfanne ab und zu rütteln.

Spargel mit Sojasauce (für 4 Personen)

1 kg weißer oder grüner Spargel
100g Butter
4 EL Sojasauce
1 EL Zitronensaft
Frisch gemahlener bunter Pfeffer

Den Spargel waschen und schälen. Die Stangen mit den Köpfen schräg in 5 Millimeter feine Scheiben schneiden. In einer Pfanne die Butter erhitzen und die Spargelscheiben einlegen. 1/8 l Wasser zugießen. Den Spargel zugedeckt unter gelegentlichem Rühren 5 Minuten garen. Die Sojasauce und den Zitronensaft einrühren und die Flüssigkeit bei starker Hitze verdunsten lassen. Mit Pfeffer würzen.

Tipp: Statt Sojasauce kann man auch 2 EL Aceto balsamico nehmen.

Kleine Rouladen mit Spargel (für 4 Personen)

4 dicke oder 8 dünne Spargelstangen (etwa 250 g)
Salz, 1 Prise Zucker
4 dünne Puten-, Hühnerbrust- oder Kalbfleischscheiben (a 100 g)
1 Bund Schnittlauch
100g Ziegenfrischkäse oder 4 Scheiben Scheiblettenkäse
Frisch gemahlener Pfeffer
1 EL Mehl
1 EL Butterschmalz oder Öl
1/8 l Weißwein

Den Spargel waschen und schälen. Die Stangen quer halbieren. 1/4 l Wasser mit Salz und Zucker aufkochen und den Spargel darin je nach Sorte 5-10 Minuten kochen. Herausnehmen, abtropfen lassen. Die Fleischscheiben kalt abspülen, trockentupfen. Auf ein Arbeitsbrett legen und mit einem Fleischklopfer flach klopfen. Den Schnittlauch waschen, trocknen und fein schneiden. Den Frischkäse mit einer Gabel zerdrücken. Die Fleischscheiben damit bestreichen bzw. mit den Scheibletten belegen. Jeweils ein paar Schnittlauchröllchen darauf streuen, salzen und pfeffern. Je 2 dicke oder 4 dünne Spargelhälften quer auf die Fleischscheiben legen. Die Fleischscheiben aufrollen und mit Rouladennadeln oder Zahnstochern an den Längsseiten verschließen. Die Rouladen in Mehl wenden. Das Fett in einem weiten Topf erhitzen und die Rouladen darin rundrum leicht anbraten. Mit etwas Spargelkochwasser und dem Wein ablöschen. Den Deckel auflegen und die Fleischröllchen bei kleiner Hitze etwa 20 Minuten garen lassen. Den Deckel abnehmen, die Sauce wenn nötig etwas einkochen lassen und abschmecken.