

## **Die Lieblingsrezepte der Spargelkönigin Katharina I. (2015/2016)**

### **Lachs auf Spargel:**

Zutaten für 2 Personen:

2 Lachsfilet

500g weißer Spargel

1 Zitrone ( Saft und Scheiben )

1 EL Öl

1 TL Zucker

Salz und Pfeffer

Basilikum

Spargel waschen, schälen und in Stücke schneiden. 7 Minuten abkochen. Danach abgießen und abtropfen lassen. Ofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Spargel mit Zitronensaft, Öl, Zucker, Salz, Pfeffer und frischem Basilikum mischen. 2 Stücke Backpapier zurechtlegen. Spargel darauf verteilen. Lachs abwaschen, trocken tupfen, salzen, pfeffern und auf den Spargel setzen. Zitronenscheiben darauf verteilen.

Päckchen verschließen und ca. 15 Minuten im Ofen garen.

Dazu passt ein Baguette.

### **Spargel klassische Art:**

Zutaten für 4 Personen:

2 kg weißen Spargel

1 TL Salz

1 TL Zucker

1 Zitronenspalte oder 1 TL Zitronensaft

Einen hohen Topf mit Wasser, Salz, Zucker und Zitrone zum Kochen bringen. Spargel in der Zwischenzeit schälen. Eine Spargelstange mit dem Kopf nach oben in die Hand nehmen und entweder mit dem Spargelschäler oder einem Küchenmesser von oben nach unten die Schale abziehen, dabei nach unten hin ruhig etwas dicker schälen. Die Spargelstangen in Portionen mit einem Baumwollfaden zu Bündeln zusammen binden.

Vorsichtig in das vorbereitete Kochwasser mit dem Kopf nach oben setzen, oder in einem breiten Topf der Länge nach schwimmend ins Wasser legen und ca. 15-18 Minuten kochen lassen. Der Spargel sollte noch etwas knackig sein.

Den fertig gekochten Spargel vorsichtig aus dem Wasser heben, auf eine mit einem Küchentuch bedeckte Platte oder einem Teller legen, damit das Wasser gut abtropfen kann.

Zum Spargel können Sie Schinken, Kartoffeln und Sauce Hollandaise reichen.

## **Schnelle Sauce Hollandaise:**

Zutaten für 4 Personen:

100 g Butter

4 Eidotter

6-8 EL Milch

1 geh. TL Stärkemehl

1 EL Zitronensaft

Salz

Muskat

Eidotter mit Milch und Stärkemehl in einer Tasse gut miteinander verquirlen. Butter in einem kleinen Topf schmelzen. Zur Seite ziehen und das Eidottergemisch unter Rühren mit einem Schneebesen zügig unter die Butter mischen. Den Zitronensaft ebenfalls gleich mit darunter geben, damit die Sauce nicht gerinnen kann. Zart salzen und würzen, der feine Buttergeschmack sollte nicht überdeckt werden. Wieder auf die Herdplatte zurück stellen und unter ständigem Rühren mit dem Schneebesen, bei niedriger Hitze, die Sauce nochmals gut erwärmen, aber nicht zum Kochen bringen und sofort servieren.

## **Spargel Toast mit Pute und Pilzen:**

Zutaten für 4 Personen:

1 kg weißer Spargel

Salz und Pfeffer

Zucker

200 g kleine Champignons ( aus der Dose )

1 kleine Zwiebel

1 Tomate

100 g geriebener Käse ( Emmentaler )

1 EL Butter

2 gestr. EL Mehl

¼ Liter Milch

4 Scheiben Toastbrot ( Sandwich Toast )

8 Scheiben geräucherte Putenbrust ( je 25 g )

½ Bund Schnittlauch

Den Spargel waschen und schälen. In kochendem, leicht gesalzenem Wasser mit einem ½ TL Zucker zugedeckt 15-20 Minuten gar kochen. Die Champignons in ein Sieb geben und abtropfen lassen. Die Tomate entkernen und klein würfeln, die Zwiebel fein würfeln. Den Spargel heraus heben, den Fond aufbewahren.

Die Zwiebeln in der Butter glasig anbraten, die Pilze hinzugeben und anbraten. Mit Mehl bestäuben, kurz anschwitzen. Die Milch und 1/8 Liter Spargelfond einrühren. Aufkochen lassen und ca. 5 Minuten köcheln lassen. Die Hälfte vom Käse in der Sauce schmelzen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Toastbrote rösten, dann auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen. Jedes Brot mit 2 Scheiben Putenbrust und einem Viertel vom Spargel belegen. Die Sauce darauf verteilen. Die Tomatenwürfel und den restlichen Käse darüber streuen.

Im vorgeheiztem Backofen bei Umluft 175°C ; 12-15 Minuten überbacken. Den Schnittlauch waschen, fein schneiden und darüber streuen.

Dazu passt ein kühler Weißwein.