

Die Lieblingsrezepte der neuen Spargelkönigin Beate I. (2003 / 2004)

Spargelauflauf

- 1 kg Spargel
- Salz, Butter
- ½ l holländische Soße
- Muskat
- 200 g gekochter Schinken
- 100 g geriebenen Käse

Den geschälten Spargel in Salzwasser mit einem Stich Butter nicht zu weich kochen. In eine Auflaufform schichten, mit dem kleingeschnittenen Schinken bestreuen und mit Soße übergießen. Zum Schluss den Käse aufstreuen und im Backofen überbacken bis der Käse zerläuft.

Aus dem Kochbuch der Füchterer Landfrauen S. 57

Spargelsuppe mit Krabben

- 500 g geputzter Spargel
- 1 l Hühnerbrühe
- 1 mittelgroße, mehliges Kartoffel
- Salz, Pfeffer
- 125 g Sahne
- ½ Bd . Kerbel
- 100 g Krabben

Den Spargel in Stücke schneiden. In der Brühe 15 Min. garen. Kartoffel schälen, würfeln u. garen.

Spargelspitzen beiseite legen. Restlichen Spargel u. Kartoffel mit dem Mixstab pürieren, in die Brühe geben. Sahne unterziehen u, mit Salz u, Pfeffer abschmecken. Kerbel hacken. Mit den Krabben und den Spargelspitzen zur Suppe geben, kurz warm werden lassen und servieren.

Guten Appetit!

Rucola-Spargel-Teller

2 kg Spargel
Fondor, Zucker, etwas Butter
1 Bd. Rucola
300 g Champignons
Oel, Paprikapulver
1 Pkt. Sauce Hollandaise

Spargel schälen, in Stücke schneiden. Wasser mit Fondor, Zucker u. Butter zum kochen bringen und den Spargel 15-20 Min. darin garen. Rucola waschen und auf den Tellern verteilen. Champignons putzen, in Scheiben schneiden . In heißem Oel anbraten u. mit Paprikapulver abschmecken. Den Spargel u. die Champignons auf dem Rucola verteilen und mit der zuvor erhitzten Sauce Hollandais übergießen.

Spargel und Medaillons mit Kräuter-Käse-Haube

8 Schweinemedallions
2 Eßl. Sonnenblumenoel
125 g Camembert
1 Pkt . tiefgefr. Kräuter
2 kg Spargel
Fondor, Zucker
125 g Butter oder
1 Pck. Sauce Hollandaise

Medaillons mit Pfeffer u. Salz würzen und in Sonnenblumenoel von jeder Seite kurz anbraten. Den Camembert mit den Kräutern mischen und auf den Medaillons verteilen. Bei geschlossenem Deckel und geringer Wärmezufuhr 10 Min. schmelzen lassen. Wasser mit Fondor u. Zucker aufkochen und den geschälten Spargel 15-20 Min. darin garen. Den Spargel auf einer Platte anrichten, mit zerlassener Butter oder Sauce Hollandais zu den Medaillons mit Kräuter-Käse-Haube servieren.

Spargelsalat

1 kg Spargel
1 Fleischtomate
1 Bd. Dill
3 Eier

Für die Salatsoße

1 Eigelb
1 Eßl. Senf
2 Eßl. Zitronensaft
6 Eßl. Distelöl
1 Zwiebel, fein gewürfelt
2 Eßl. Haselnusskern, grob gehackt
Salz, Pfeffer, Zucker

Den geschälten Spargel in Stücke schneiden, in mit Salz, Zucker und Zitronensaft gewürztem Wasser garen, abtropfen und auskühlen lassen. Die Tomate häuten, entkernen und in Würfel schneiden. Eier 8 Min. kochen, ab schrecken, pellen und vierteln. Eigelb, Senf und Zitronensaft mit dem Öl nach und nach verrühren. Gehackte Zwiebel und Haselnusskerne unterheben und mit Salz, Zucker und Pfeffer würzen. Salatsoße mit Spargel, Tomatenwürfel und fein geschnittenem Dill vermischen, mit den geviertelten Eiern garnieren.

Zitronen-Hollandaise

1 Zitrone
100 ml Sahne
1 Pack. Sauce Hollandaise
Salz, Pfeffer

Die Zitrone heiß waschen, schale sehr dünn abschälen und in feine Streifen schneiden. Die Sahne steif schlagen. Sauce Hollandaise nach Packungsanweisung erhitzen. Die Zitronenschale und die Sahne unter die Soße heben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Quelle: Interessengemeinschaft Füchtorfer Spargelanbauer, www.fuechtorfer-spargel.de