

## Spargelsalat mit frischen Erdbeeren

- 500 g weißer Spargel
- 500 g grüner Spargel
- 2-3 EL Öl
- 2-3 EL Puderzucker
- 7-8 EL weißer Balsamico-Essig
- Salz und Pfeffer
- 500 g Erdbeeren
- 100 g Rucola
- 1 Limette auspressen
- 1,7 kg frischen Lachs

Spargel waschen, schälen und die holzigen Enden abschneiden. Spargel in schräge Mundgerechte Stücke schneiden. 2 -3 EL Öl in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen. Spargel darin nach und nach unter Wenden 2-3 Minuten anbraten.

Mit Salz und Pfeffer würzen, herausnehmen und abkühlen lassen. Am besten auf ein Blech, dann geht es schneller. Zucker in die Pfanne geben und karamellisieren. Essig und 8-10 EL Wasser einrühren, aufkochen. Die Marinade vom Herd nehmen; abschmecken mit Essig Limettensaft, Pfeffer, Salz und danach abkühlen lassen.

Dann alles in eine Schüssel zusammen mit dem Spargel geben.

Erdbeeren waschen, putzen und vierteln. Rucola putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Dann etwas klein schneiden. Spargel mit den Erdbeeren mischen und auf einer Platte anrichten, Rucola obendrauf und Pfeffer und etwas Olivenöl darauf.

Den Lachs in 14 Stücke schneiden und in einer Pfanne auf der Hautseite beginnen anbraten.

Dann wenden und weiterbraten, der Fisch muss nicht ganz durch sein.

Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech und den Fisch würzen. Vor dem Servieren für ca. 15 min bei 160 grad nochmal in den Ofen stellen. Zusammen mit dem Spargelsalat servieren.

## Spargelsuppe mit gerösteten Mandeln

- 2 Schalotten
- 700 g weißer Spargel
- 3-4 Kartoffeln
- 2 EL Butter
- 400 ml Schlagsahne
- Salz
- Zucker
- Pfeffer
- Zitronensaft
- 50 gr. Mandelblättchen
- 1 Liter Gemüsebrühe
- 2-3 EL Speisestärke

Schalotten und Kartoffeln würfeln. Spargel schälen, Enden abschneiden. 3 Stangen Spargel feucht abgedeckt beiseitelegen. Restlichen Spargel in 1 cm große Stücke schneiden.

2 EL Butter in einem Topf schmelzen. Schalotten darin 2 Min. dünsten. Kartoffeln und Spargel zugeben und 5 Min. mitdünsten. 500 ml Gemüsebrühe und 150 ml Schlagsahne zugießen, aufkochen und bei mittlerer Hitze 15-20 Min. köcheln. Mit einem Mixstab fein pürieren. Mit Salz, 1 Prise Zucker, Pfeffer und einigen Spritzern Zitronensaft würzen.

Eventuell mit Speisestärke etwas abbinden.

Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten.

Die 3 Stangen Spargel schräg in dünne Scheiben schneiden. 1/2 EL Butter in einer Pfanne schmelzen. Spargel darin 5 Min. braten. Mit Salz und 1 Prise Zucker würzen. Suppe mit gebratenem Spargel und Mandeln servieren.

## Gnocchi mit weißem Spargel und Spinat

- 800 g Kartoffeln
- Salz, Pfeffer, Muskat
- 100 g Hartweizengrieß
- 50-70 g Speisestärke
- 2 Eigelbe (Gr. M)
- 500 g weißer Spargel
- 1 Schalotte
- 1 schale junger Spinat Babyspinat
- 150 g Mehl plus/ minus
- 5 EL Butter
- 3 EL Haselnusskerne
- 50 g Parmesan gerieben

Für die Gnocchi Kartoffeln waschen und zugedeckt garkochen. Abgießen, kurz abschrecken und pellen. Heiße Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse drücken oder mit einem Kartoffelstampfer zu Muß zerstampfen.

Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Grieß und Mehliterrühren. Etwas abkühlen lassen. Stärke und Eigelbiterrühren. Auskühlen lassen.

Inzwischen Spargel waschen, schälen und holzige Enden abschneiden. in einem Topf mit Wasser, Salz, Zitrone ca. 8 min sieden lassen. Dann herausnehmen und abschrecken, **(etwas Spargelsud aufheben)** Spargel schräg in ca. 1/2 cm dicke Scheiben schneiden. Schalotte schälen und fein würfeln.

Spinat waschen und trocken schütteln.

Gnocchiteig auf wenig Mehl zu Rollen formen. In ca. 2 cm breite Stücke schneiden und jeweils auf einer Seite mit einer Gabel leicht eindrücken. Portionsweise in reichlich Salzwasser bei schwacher bis mittlerer Hitze 2-4 Minuten gar ziehen lassen (nicht kochen!), bis sie an der Oberfläche schwimmen.

Gnocchi herausheben und gut abtropfen lassen. Mit etwas Olivenöl beträufeln und in eine Form geben damit man sie später im Backofen erwärmen kann.

4 EL Butter in einer großen Pfanne erhitzen. Nüsse darin anrösten. Gnocchi zugeben und darin unter Wenden ca. 5 Minuten goldbraun braten. In einer weiteren Pfanne 1 EL Butter erhitzen.

Spargel und Schalotten darin unter Wenden ca. 3 Minuten braten. Spinat zugeben und kurz mitdünsten. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, Spargelsud dazu. Parmesan reiben. Spargel und Spinat unter die Gnocchi mischen, nochmals abschmecken. Parmesan darauf.

## Spargelgemüse mit Kräuterpfannkuchen

- 500 g weißer Spargel
- 500 g grüner Spargel
- 400 ml Sahne
- etwas Salz
- 2 EL Butter
- 2 EL Mehl
- 1 Zitrone
- 500 ml Spargelsud aus dem Topf nehmen, bevor man den Spargel abgießt
- 2 EL Speisestärke zum Abbinden

Den Spargel schälen und bissfest im Salzwasser garen.

Von dem Sud 500 ml beiseitestellen. In einem Topf wird eine Mehlschwitze hergestellt. Sud und Sahne dazu, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Frisch gepressten Zitronensaft dazu und eventuell Abbinden.

### für den Teig:

- 400 gr. Mehl
- 250 ml Milch
- 1/2 TL Salz
- 4 Eier
- etwas Wasser
- Bunt gemischte Kräuter

Alle Zutaten zu einem glatten Teig vermischen.

In einer Pfanne mit etwas Öl kleinen Pfannkuchen ausbacken.

## Quiche mit Spargel

### Mürbeteig:

- 80 g Butter
- 1 Prise Salz
- 1-2 Eier
- 200 g Dinkelmehl
- Eventuell in 2 kleinen Formen verteilen

Mehl in eine Rührschüssel geben. Die Butter in Flocken, die Eier und eine Prise Salz dazugeben. Mit dem Rührhaken, der Küchenmaschine oder von Hand zu einem glatten Teig verkneten. Etwas flach drücken, in Frischhaltefolie wickeln und ca. 15 min kühl stellen.

### Füllung:

- 5 Eier
- 150 g geriebener Greyerzer oder Bergkäse
- 1 EL Mehl zum Binden
- 400 ml Sahne
- 700 g grüner Spargel
- 250 g Speck oder Schinken (je nach Geschmack)
- 20 g Butter
- Salz, Pfeffer, Muskatnuss
- 1 Bund Lauchzwiebel
- 10 Cocktailtomaten

Spargel schälen und in ca. 2 cm dicke Stücke schneiden. Kurz ins kochende Wasser legen, so dass er bissfest bleibt. In einem Becher die Eier und Sahne verrühren und mit Salz, Mehl, Pfeffer und Muskat abschmecken. Eine Quiche- oder Springform gut mit Butter einfetten oder ein Backpapier einlegen. Den ausgerollten Mürbeteig reinlegen und rundum leicht andrücken.

Den Teig etwas über den Rand stehen lassen, gut andrücken und dann den überstehenden Teig mit dem Daumen ringsum andrücken. Mit einer Gabel Löcher in den Teigboden einstechen, damit sich während des Backens keine Blasen bilden. Nachdem der Spargel gut abgetropft ist, Speck in einer Pfanne mit 20 Gramm Butter kurz andünsten. Danach 5 Minuten ruhen lassen. Dann die  $\frac{1}{4}$  Kirschtomaten dazu so wie die kleingeschnittenen Lauchzwiebel. Alles miteinander vermischen und die Formen verteilen.

Die Eiersahne auf dem Spargel verteilen. Zum Schluss mit dem geriebenen Greyerzer bestreuen. Für ca. 30-40Min. in den auf 180°C vorgeheizten Backofen schieben. Unbedingt eine Garprobe machen.

## Rhabarberkuchen mit Streusel und Schlagsahne

- Teig
  - 60 Gramm Butter
  - 1 EL Zucker
  - 1 Ei
  - 170 Gramm Mehl
  - **Alle Zutaten gut miteinander verkneten und 15 min kaltstellen**
- 
- 8 Stangen Rhabarber
  - 4 EL Zucker
  - 1 TL Zimt
  - 1 EL Grieß

Rhabarber schälen und in kleine Stücke schneiden. In einer Schüssel mit Zucker, Grieß und Zimt bestreuen

Oder in einer Pfanne bei niedriger Hitze kur abdämpfen und mit Speisestärke bisschen abbinden.

Für die Streusel

- 100 g Mehl
- 3 Esl. Zucker
- 150 g Butter
- 1 Prise Zimt
- zu Streusel verarbeiten.

Den Teig in einer Backform mit Backpapier auslegen. Mit dem Rhabarber bedecken und die Streusel obendrauf

Im Vorgeheizten Ofen bei 180 Grad 30 min Backen

- 400 ml Sahne
- 2 Päckchen Sahnesteif

miteinander vermischen und steifschlagen und mit dem frische gebackenem Kuchen Servieren

## Erdbeertiramisu

- 700 g Erdbeeren
- 3 EL Zucker
- 1 Schalen Mascarpone
- 250 g Sahnequark min 10%
- 200 ml Sahne
- 1 Päckchen Sahnesteif
- 1 EL Zitronensaft
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 2 Päckchen Löffelbiskuits
- 200 ml Orangensaft
- 1 TL Zimt
- 2 EL Kakao
- 150–250 ml Milch

Alle Erdbeeren waschen und entstielen.

**500 g** Erdbeeren mit 1 EL Zucker pürieren und kaltstellen.  
Mascarpone, Quark, 2 EL Zucker, Zitronensaft, Zimt, Vanillezucker vermischen.

Sahne steif schlagen und vorsichtig unter die Masse rühren und abschmecken.

**200 g** Erdbeeren klein schneiden und ebenfalls unter die Mascarponecreme heben.

Löffelbiskuit in Orangensaft- Milch wenden und in eine Form oder Gläschen füllen  
Erdbeermark und Mascarponecreme abwechselnd auf den Löffelbiskuit schichten,  
anschließend kaltstellen. Mit Kakao vor dem Servieren bestäuben.

## Spargelbrot

- 1 Kg Dinkelmehl
- 2 Päckchen Trockenhefe
- 2 TL Salz
- 1 EL Olivenöl
- 0,80 - 1 Liter warmes Wasser
- 8 Stangen grüner Spargel

Die Spargel schälen und in Scheiben schneiden dann in einem Topf mit Salzwasser garkochen.

Abschrecken und zur Seite stellen.

Die Teigzutaten mischen und mit lauwarmem Wasser zu einem Brotteig kneten.

Dann die Spargel unterkneten. Den Teig ca. 20 min gehen lassen.

Im Anschluß zu 2 Baguette formen und bei 180 Grad 30-40 min backen.



## Kursbeschreibung

Ein edles Gemüse kommt auf den Tisch es ist **Spargelzeit**.

Ich liebe Spargel, so vielfältig und lecker.  
.....lassen sie sich von diesem wunderbaren Gemüse inspirieren.

Ob Vorspeise, Hauptspeise, Nachtisch

Alles rund um den „**Spargel**“

- Spargelsalat mit Lachs und frischen Erdbeeren
- Spargelsuppe mit gerösteten Mandeln
- Gnocchi mit weißem Spargel und Spinat
- Spargelgemüse mit Kräuterpfannkuchen
- Quiche mit Spargel
- Spargelbrot
- Rhabarber-Streuselkuchen mit Sahne
- Erdbeertiramisu

Ich freue mich, mit Ihnen diese leckeren Rezepte zu kochen.

Ihre Köchin  
Melanie Hömme-Gilliar