



SPARGEL

KLASSISCH UND TRADITIONELL

Genussvolle und vielseitige Kombination aus traditioneller Spargelsuppe, mit klassischer Sauce Hollandaise und mit niedersächsischen Beilagen.

VORSPEISE

→ TRADITIONELLE SPARGELSUPPE

ZUTATEN

– 40 g	Butter
– 40 g	Mehl
– 1 l	Spargelbrühe
– 200 ml	Süße Sahne
– 1 Prise	Salz
– 1 Prise	Muskatnuss

ZUBEREITUNG

1. Die Butter bei schwacher Hitze in einem Topf zerlassen und das Mehl langsam hinzugeben. Alles mit einem Schneebesen verrühren, bis eine glatte Masse entsteht.
2. Die Spargelbrühe und die süße Sahne hinzufügen, alles gut durchkochen, bis keine Klümpchen mehr vorhanden sind. Im Anschluss die Suppe mit einer Prise Salz und Muskatnuss abschmecken. Suppe anrichten und mit Spargel garnieren.

HAUPTSPEISE

→ SPARGEL MIT KLASSISCHER SAUCE HOLLANDAISE

ZUTATEN FÜR DEN SPARGEL

– 2 kg	Spargelstangen, fingerdick
– 1 l	Wasser
– 1	Orange
– 1 TL	Salz
– 1 TL	Zucker
– 1 Prise	Muskatnuss
– 20 g	Butter

ZUBEREITUNG

1. Die Spargelstangen mit einem Sparschäler schälen und nur die unteren Enden abschneiden, nicht die Spargelspitze.
2. Die Schalen des Spargels und die Enden mit dem Wasser, dem Saft einer Orange, der Butter und den Gewürzen aufkochen und 15 Minuten leicht köcheln lassen.
3. Diesen Sud durch ein feines Sieb gießen und mit dem Löffel die restliche Brühe aus den Schalen drücken. In dieser Brühe den Spargel garen.

ZUTATEN FÜR DIE SAUCE HOLLANDAISE

- 200 g Butter
- 1 Ei
- 200 g Naturjoghurt
- 1 TL Zitronensaft
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Weißer Pfeffer

ZUBEREITUNG

1. Die Butter in einem Topf bei schwacher Hitze schmelzen lassen.
2. Den Joghurt und das Ei in ein hohes Gefäß geben und mit dem Rührstab aufschlagen.
3. Die heiße Butter nach und nach langsam dazugeben, bis eine feine glatte Sauce entsteht.
4. Die Sauce Hollandaise mit dem Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

BEILAGEN

→ NIEDERSÄCHSISCHE BEILAGEN ZUM SPARGEL

AMMERLÄNDER SCHINKEN

- 300 g Ammerländer Schinken

GEBRATENES SCHOLLENFILET AUS DER NORDSEE

- 600 g Schollenfilet
- 1 Zitrone
- 50 g Mehl
- 50 g Butterschmalz
- 1 Prise Salz und Pfeffer

ZUBEREITUNG

Die Schollenfilets nur mit Küchpapier trocken tupfen, beim Waschen verlieren sie zu viel Aroma. Die Filets mit Salz und Pfeffer würzen und leicht mehlieren. Im Anschluss in der Pfanne braten.

SCHNITZEL VOM BENTHEIMER LANDSCHWEIN

- 600 g Schnitzel, 4 Stück
- 1 EL Mehl
- 1 Ei
- 1 EL Paniermehl
- 1 Prise Salz und Pfeffer
- 50 g Butterschmalz

ZUBEREITUNG

Die Schnitzel mit Salz und Pfeffer würzen und mehlieren, in das aufgeschlagene Ei legen und im Anschluss im Paniermehl wenden. Dann bei mittlerer Hitze die Schnitzel in der Pfanne braten.

© FRANCESCO CAROVILLANO

ZU ALLEN BEILAGEN GEHÖREN NATÜRLICH NOCH
200 g GESCHMOLZENE BUTTER UND 600 g KARTOFFELN,
GESCHÄLT UND GEKOCHT.

Guten Appetit!