



Das Spargelrezept des Jahres 2017 vom Landhotel Baumann's Hof, Kirchdorf

Grün-weißer Spargel-Rucolasalat mit Erdbeeren

Zutaten:

1 1/2 Liter Wasser
1 EL Salz
1 EL Zucker
1/2 Zitrone
30 g Butter
250 g grüner Spargel
250 g weißer Spargel
100 g Rucola
100 g Erdbeeren
25 g Pinienkerne
100 ml Olivenöl
30 ml Balsamicoessig
30 ml Himbeeressig
1 TL Zucker
2 EL Senf
1 EL Honig
Salz
weißer Pfeffer

Schritt 1:

Einen Topf mit 1 1/2 Liter Wasser aufsetzen, Salz, Zucker, Butter und 1/2 Zitrone hinzugeben, zum Kochen bringen.

Schritt 2:

Grüner und weißer Spargel waschen und anschließend schälen. Beim weißen Spargel die Schale von Kopf bis Ende schälen, beim grünen Spargel nur die untere Hälfte schälen.

Schritt 3:

Den geschälten Spargel in das köchelnde Wasser geben und ca. 6 bis 8 Minuten (je nach Dicke) garen.

Anschließend den noch heißen Spargel in einer Schale mit kaltem Wasser (optimal wäre Eiswürfel-Wasser) abschrecken. Dadurch unterbinden Sie, dass der Spargel weiter gart.

Schritt 4:

Die Pinienkerne in einer Pfanne langsam bei niedriger Hitze rösten. Dabei jedoch beachten, dass die Hitze nicht zu hoch ist, da die Pinienkerne sehr empfindlich sind und schnell zu dunkel werden. Anschließend auf einen Teller/Schale geben und abkühlen lassen.

Schritt 5:

Balsamico- und Himbeeressig zusammen mit Honig, Senf, Salz, Zucker und Pfeffer in einer Schale mit einem Schneebesen gleichmäßig vermengen. Anschließend unter schnellen Rühren das Olivenöl langsam nach und nach unterheben. (Mein Tipp: ist die Vinaigrette zu sauer, kann man mit etwas mehr Honig oder Zucker nachhelfen)

Schritt 6:

Rucola einputzen und vorsichtig die Blätter abzupfen. (Mein Tipp: Das untere Drittel bei frischem Rucola ist meist sehr bitter und kann daher abgeschnitten werden). Die Erdbeeren anschließend waschen und in 8 gleichmäßige Stücke schneiden.

Schritt 7:

Den abgekochten Spargel aus dem Eiswasser nehmen, auf etwas Küchenrollenpapier vorsichtig abtropfen- und trocknen lassen.
Anschließend schräg in ca. 2cm dicke Stücke schneiden.

Schritt 8:

Die eingeputzten Erdbeeren mit Rucola und Spargel vorsichtig vermengen und die Himbeer-Balsamico-Vinaigrette langsam unterheben.

Abschließend mit den gerösteten Pinienkerne bestreuen, fertig!

Guten Appetit
wünscht das Team vom Landhotel Baumann's Hof