



Heinz E. & Renate Zethmeyer

Kochen macht Spaß -
Kochen mit **HERZ**

Spargelschaum- süppchen

Endlich ist es wieder so weit: ...

... das exklusive Frühlingsgemüse kommt auf den Tisch und für Feinschmecker beginnt einer der kulinarischen Höhepunkte im Jahr. Egal, ob grün oder weiß - die edlen Stangen sind äußerst gesund und bekömmlich, und sie lassen sich auf vielfältigste Weise zubereiten.



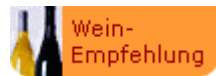
Für 4 Personen | Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten | Aufwand: *

ZUTATEN

400 g weißer Spargel
200 ml Spargelsud
30 g Butter
200 ml Sahne
Salz
Pfeffer
200 ml geschlagene Sahne
Kerbel

ZUBEREITUNG

1. Spargel schälen und die Spitzen abschneiden und in leicht gesalzenem Wasser bissfest kochen. Zugedeckt ziehen lassen. Auch die restlichen Spargelstücke klein schneiden und in gesalzenem Wasser mit ein wenig Butter weich kochen.
2. Danach abgießen, allerdings 200 ml Sud zurückbehalten. Die Stücke im Mixer durch ein Sieb passieren. Sud und Püree in einen Topf geben, mit Sahne auffüllen und die Suppe zum Sieden bringen. Nicht kochen!
3. Abschmecken und mit geschlagener Sahne montieren. Spargelspitzen erst im Suppenteller zugeben und mit einem Kerbelblatt garnieren.



leichter Müller-Thurgau (trocken Kabinett) aus Franken.

KÜCHENTIPP

Frisch, frisch, frisch!!!

Maximal ein Tag sollte nach dem Stechen der edlen Stangen vergangen sein, nur so schmecken sie auch wirklich frisch. Frischer Spargel lässt sich leicht brechen, die Schnittenden sind nicht vertrocknet oder verfärbt. Bei leichtem Druck tritt dort Saft aus, die Spitzen sind fest und geschlossen. Machen Sie den Geräuschtest: Nur wirklich frische Stangen quiet-schen, wenn man sie gegeneinander reibt. Lagern Sie frischen Spargel sauber, kalt und zugedeckt. Gekühlt und in ein feuchtes Tuch gewickelt kann frischer Spargel relativ gut für 2 bis 3 Tage aufbewahrt werden (*Grünspargel lagern Sie am besten aufrecht, in Wasser stehend*).



Spargel richtig zubereitet

- » Schälen Sie sorgsam von der Spitze nach unten (es ist ein Irrtum, zu glauben, grüner Spargel müsse nicht geschält werden - min. das untere Drittel).
- » Entfernen Sie alle holzigen Abschnitte.
- » Spülen Sie den Spargel und bündeln ihn.
- » Wollen Sie die Spargelspitzen nicht zu weich kochen, Stangen stehend kochen, und den Topf gerade bis unterhalb der Spitzen auffüllen.
- » Geben Sie etwas Salz, Zucker und einige Spritzer Zitronensaft und ins Wasser. 1 EL Butter macht nicht nur den Spargel zarter, sondern hilft dem Körper, die fettlöslichen Vitamine aufzunehmen.

Kochzeit

Der Spargel wird in das kochende Wasser gegeben. Die Kochzeit richtet sich nach Ihren Vorlieben und nicht zuletzt nach dem Durchmesser der Spargelstangen. Die Garzeit schwankt beim weißen oder violetten Bleichspargel zwischen 10 und 15 Minuten.

Spargel kann in einem größeren Topf liegend (nur soviel Wasser zu nehmen, dass die Stangen gerade bedeckt sind) oder in einem speziellen Spargeltopf aufrecht stehend gekocht werden (Wasser umspült nur die unteren Stangenteile).

Spargel & Wein

Spargel und Wein harmonieren nicht grundsätzlich miteinander. Am besten zum Wein passt der weiße Spargel. Hierzu eignen sich frische, junge Weißweine, wie Kerner, badischer Gutedel und Müller-Thurgau. Will man den Spargel als Beilage zu Fleisch oder Fisch (Lachs oder Saibling) servieren, passen auch duftige Sorten, wie ein kräftiger, trockener Silvaner oder ein leichter, trockener Rosé gut.

Die Weinexperten vom Deutschen Weininstitut empfehlen zur klassischen Spargel-Schinken-Kombination einen vitalen Riesling:

"Je würziger der Schinken, umso kräftiger darf der Wein dazu auftreten"

Würzige Sorten, wie grüner Veltliner oder herber Riesling sollten es weniger sein.