

Saturday, June 20. 2015

## **Kartoffel-Cashew-KÃ¼chlein mit scharf-zitronigem Spargel-Kokos-Sambal**

Letztens bin ich beim Einkaufen zufÃ¤llig an einen Aufsteller der "Slowly Veggie" vorbei geschlendert. Als ich die Zeitschrift aufschlug, hatte ich gleich das Rezept erwischt, das mich am meisten interessieren sollte: Eine Abwandlung von meinem geliebten singhalesischen Kokos-Sambol (â€ Rezept) mit rohem, grÃ¼nem Spargel!

Da ich beim DurchblÃ¤ttern noch viele interessante Rezepte (unter anderem viele vegetarische und vegane Burger) entdeckte, wanderte das Heft gleich in den Einkaufswagen.

Gestern war es dann so weit und ich hab das Spargel-Sambol zubereitet. Probiert es aus, solange es noch Spargel gibt, denn dieser fruchtig-scharfe "Salat" schmeckt wirklich fantastisch. Als warme Beilage gab es die Kartoffel-Cashew-KÃ¼chlein mit exotischen KrÃ¤utern und GewÃ¼rzen aus dem Heft.

Ich habe beide Rezepte beim Kochen etwas abgewandelt und vor allem die in Sri Lanka allgegenwÃ¤rtigen frischen CurryblÃ¤tter hinzugefÃ¼gt.

Ich bin ja in der glÃ¼cklichen Lage, seit einigen Jahren stolzer Besitzer eines immer grÃ¼ner wuchernden CurryblÃ¤tterstrauches zu sein (damals erworben bei RÃ¼hlemann's KrÃ¤uter und Duftpflanzen). Ich habe schon Ã¶fter gedacht, er Ã¼bersteht den Winter nicht, aber er hat mich immer wieder Ã¼berrascht mit neuen Ã„sten und herrlich duftenden BlÃ¤ttern.

Solltet Ihr keinen neuen, grÃ¼nen Mitbewohner suchen, findet Ihr CurryblÃ¤tter eventuell im Asiamarkt frisch oder tiefgekÃ¼hlt. Ganz zur Not gehen auch getrocknete. Aber sie kommen niemals an den besonders speziellen Geschmack von frischen BlÃ¤ttern heran.

Meine Version von dieser Geschmacksexplosion mÃ¶chte ich nun gerne mit Euch teilen. Die Menge reicht fÃ¼r 2 Personen als Abendsnack oder fÃ¼r 4 Personen als Vorspeisenhappen.

### **Spargel-Kokos-Sambal:**

1 Bund grÃ¼ner Spargel (dÃ¼nne, zarte Stangen)

35 g Kokosflocken

1/2 rote Chilischote oder 1/2 TL Chilipulver

1 Schalotte, in feine Ringe geschnitten

ein kleiner StrauÃ frischer Koriander, fein gehackt

5 Cocktailtomaten, in kleine WÃ¼rfel geschnitten

Saft von 1 1/2 Zitronen

flÃ¼ssige SÃe (z. B. KokosblÃ¼tensirup, Agavendicksaft o.Ã.) oder brauner Zucker zum Abschmecken

Salz, Pfeffer

Den Spargel waschen, die Enden abschneiden und das untere Drittel schÃ¶len. Dann roh in dÃ¼nne Scheiben schneiden und die Spitzen dabei ganz lassen.

Die Schalotte, die Tomaten, den Koriander und die Chili (Menge nach Wahl) schneiden und mit dem Spargel in eine Schale geben.

Mit dem Zitronensaft Ã¼bergieÃen und mit Salz, Pfeffer und SÃe abschmecken.

So lange marinieren lassen, bis die KÃ¼chlein fertig sind. Das Sambal und vor allem die Kokosflocken darin sollten richtig schÃ¶n saftig werden. Ansonsten noch etwas Zitronensaft nachgeben.

Kartoffel-Cashew-KÃ¼chlein:

6 mittelgroÃe Kartoffeln

60 g Cashewkerne, fein gehackt

4 groÃe frische CurryblÃ¤tter, klein gehackt

2 Stengel frischer Koriander, klein gehackt

1 rote Zwiebel

2 Knoblauchzehen, gepresst

1 guter TL fein gehackter Ingwer

1/2 TL schwarze Senfsamen

1/2 TL KreuzkÃ¼mmelsamen

1/2 TL Kurkuma

2 EL Buchweizenmehl oder Kichererbsenmehl

3-6 EL KokosÃ¶l

Salz, Pfeffer

Die Kartoffeln in einem Topf mit Wasser weich kochen.

In der Zwischenzeit Zwiebeln, Knoblauch, Ingwer, KrÃ¤uter und GewÃ¼rze schneiden und vorbereiten.

1/2 TL KokosÃ¶l in einer kleinen Pfanne erhitzen und Zwiebel, Knoblauch, Ingwer, CurryblÃ¤tter, Senfsamen und KreuzkÃ¼mmel unter RÃ¼hren anschwitzen. Nach einigen Minuten die Cashewkerne dazu geben und mitbraten, bis sie leicht golden sind.

Die fertigen Kartoffeln schÃ¶len und in einer SchÃ¼ssel mit mit einem Stampfer zu PÃ¼ree verarbeiten.

Das Zwiebel-GewÃ¼rz-Gemisch und das Mehl dazu geben und zu einem Teig verrÃ¼hren.

Aus dem Teig kleine KÃ¼chlein formen. Sie sollten nicht mehr schlimm an den Fingern kleben. Falls doch, noch etwas Mehl dazu geben.

In einer mittelgroÃen Pfanne 3 EL KokosÃ¶l erhitzen und die KÃ¼chlein portionsweise goldbraun von beiden Seiten ausbacken. Eventuell mÃ¼sst Ihr nach jedem Schwung wieder ein wenig Ãl nachgeben.

Auf einem KÃ¼chenpapier abtropfen lassen und lauwarm zu dem Spargel-Kokos-Sambal servieren.

MÃ¶chtet Ihr Euch noch ein wenig mehr von Sri Lanka verzaubern lassen? Dann schaut doch mal auf meinem Reisebericht vorbei!

Posted by orange in asiatische/orientalische gerichte, essen und kochen, indien, rezepte, salate, snacks/vorspeisen, spargel, sri lanka, vegan, vegetarisch at 18:59

Wednesday, April 29. 2015

## **Knusprige Gnocchi mit gerÃ¶stetem Spargel und Tomaten aus dem Ofen**

O'gshpargelt is! Ich mag persÃ¶nlich den grÃ¼nen Spargel ja lieber, als den weiÃŸen. Und am allerliebsten gerÃ¶stet aus dem Backofen mit einer Prise grobem Salz.

Das ist auch eine super Beilage zu einem einfachen Butterbrot. Oder zu leckeren, knusprigen Gnocchi!

fÃ¼r 2-3 Personen:

- 1 Packung Gnocchi
  - 1 Knoblauchzehe, grob gehackt
  - 2 FrÃ¼hlingzwiebeln, in Ringe geschnitten
  - 10 Dattel- oder Cherrytomaten, halbiert
  - 1 Bund grÃ¼ner Spargel, in mundgerechte StÃ¼cke geschnitten
  - 1/2 kleine Tasse TK-Erbsen
  - etwas Schnittlauch und Basilikum, grob gehackt
  - etwas Parmesan am StÃ¼ck
  - Brat-OlivenÃ¶l
  - Fleur de Sel
  - Pfeffer
- Den Backofen auf 200Â° C vorheizen.

Die holzigen Enden des Spargel schÃ¶len und die Stangen dann in ca. 2-3 cm lange StÃ¼cke schneiden.

Die Tomaten halbieren.

Spargel und Tomaten separat in zwei SchÃ¼sseln mit einem SchÃ¼l OlivenÃ¶l vermengen und mit Fleur de Sel und Pfeffer wÃ¤rzen. Den Knoblauch zu den Tomaten geben.

Das Backblech mit Backpapier auslegen, den Spargel darauf verteilen und fÃ¼r 15 Minuten backen.

In den letzten 5 Minuten die Knoblauchtomaten dazu geben.

In der Zwischenzeit etwas Ã–l in eine groÃŸe Pfanne geben und die Gnocchi unter RÃ¼hren goldbraun anrÃ¶sten. FrÃ¼hlingzwiebeln und Erbsen dazu geben und kurz mit anbraten.

Dann Spargel und Tomaten aus dem Ofen holen und zu den Gnocchi geben. Die frischen KrÃ¤uter unterrÃ¼hren.

Auf Tellern verteilen und mit einem SparschÃ¶tler grobe SpÃ¶ne vom Parmesan auf die Gnocchi raspeln.

Das AllerschÃ¶nste ist doch, draussen im Freien Abend zu essen! :-)

Posted by orange in essen und kochen, rezepte, spargel, vegetarisch at 18:28

Thursday, May 10. 2012

### **Spargel for one? ... mit Rosmarin-Zitronen-Butter**

Als ich am Wochenende weiÄen Spargel machen wollte - ausnahmsweise nur fÄ¼r mich alleine - war ich fast in Versuchung, mir eine Bechamel-Sauce in der Packung zu kaufen. FÄ¼r eine Person Bechamel selbst machen ist doch etwas aufwendig. Ich kam bis zum Lesen der Zutatenliste... Den Supermarktbesuch habe ich dann kurzerhand als netten Abendspaziergang abgehakt.

Die Alternative war einfach, schnell, ohne unnÄtliche Zusatzstoffe und wirklich gut: Zerlassene Butter, aromatisiert mit ein paar frischen Rosmarinnadeln (vom Balkon) und ein wenig Zitronenschalenabrieb. Fertig.

Dazu die Butter (Menge nach Bedarf) in einem Topf bei schwacher Hitze langsam schmelzen lassen. Die gewaschenen und abgetrockneten Rosmarinnadeln dazu geben und mit einer feinen Reibe etwas Zitronenschale hinein reiben.

Mit einem LÄffel den Rosmarin und die Zitronenzesten quetschen und stampfen, dass sie ihr Aroma freigeben. Den Topf beiseite stellen und den Spargel zubereiten.

Wenn der Spargel (und was man sonst noch dazu reichen mÄchte) fertig ist, die Butter noch einmal kurz sanft erwÄrmen.

Mit einem LÄffel Ä¼ber den Spargel trÄpfeln und mit Fleur de Sel (das gibt den richtigen Geschmackskick) und Pfeffer wÄrzen.

Posted by orange in essen und kochen, rezepte, spargel, vegetarisch at 16:31

Wednesday, May 25. 2011

## **TV macht hungrig - Spargelcremesuppe mit pochierem Ei**

Ich liebe Kochsendungen, das verwundert wahrscheinlich niemanden so recht. Wobei mich dabei eher die Rezepte interessieren und wie das Ganze danach aussieht, als die Zwischenunterhaltungen.

Trotzdem bleibe ich bei jeder kleben, an der ich vorbei zappe... "Kochkunst mit Vincent Klink" beim ARD Buffet, "Zu Tisch in ..." und Sarah Wiener unterwegs auf Arte, die Kochprofis auf RTL2, Lea Linster und ihr Praktikant auf EinsPlus, Alfredissimo - lang ist's her, Servicezeit Essen und Trinken mit Martina und Moritz auf WDR... und auch hin und wieder Polettos Kochschule.

Bei Frau Poletto gab es Spargel in verschiedenen Variationen - passt ja perfekt zur Jahreszeit.

Wir machen Spargel sehr gerne im Ofen gerÃ¶stet mit etwas OlivenÃ¶l und Meersalz - dann nehm ich den grÃ¼nen. Oder den weiÃen ganz klassisch mit Kartoffeln, Schinken und Sauce Hollandaise. Auch mit Parmesan und ButterflÃ¶ckchen Ã¼berbacken (Rezepte, siehe unten) schmeckt er fein.

Aber diese Suppe im Fernsehen sah einfach gut aus - vor allem in Verbindung mit dem in Wasser gekochten Ei... ohne Schale wohlgemerkt!

Also her mit dem Spargel :-)

Unsere Variante ohne Wermut, mit Muskat:

900 g weiÃer Spargel

Bio-Zitrone (mit essbarer Schale)

Salz, Pfeffer (aus der MÃ¼hle)

Muskat, frisch gerieben

2 TL Puderzucker

2 EL Butter

ca. 70 ml Sahne

frische Kresse (ich hatte nur Gartenkresse da, keine Brunnenkresse)

2 frische Eier

100 ml WeiÃweinessig

Spargelsud herstellen:

Der Spargel wird zuerst gut gewaschen, dann geschÃ¶lt. Die Schale wird mit drei Scheiben gewaschener Biozitrone in einen Topf gegeben und gerade so mit Wasser bedeckt. Dann einmal kurz aufkochen und mit Deckel fÃ¼r 30 Minuten ziehen lassen.

Die Spitzen werden vom Spargel abgeschnitten (ca. 8 cm) und zur Seite gelegt. Den Rest in StÃ¼cke schneiden.

Spargelsuppe ansetzen:

Wenn der Sud durchgezogen ist, die SpargelstÃ¼cke (ohne Spitzen) in einem LÃ¶ffel Butter anschwitzen und dabei mit etwas Puderzucker leicht karamellisieren. Mit dem Sud aufgieÃen, dass sie gerade bedeckt sind und mit Deckel auf niedriger Hitze weich kÃ¶cheln lassen.

Spargelspitzen als Suppeneinlage:

In der Zwischenzeit die Spargelspitzen ebenfalls mit einem LÃ¶ffelchen Butter und etwas Puderzucker in einem kleinen Topf anschwitzen - auch hier wieder Deckel drauf und bei niedriger Hitze im eigenen Saft fertig garen, dann beiseite stellen. Den Saft kann man mit zur Suppe gieÃen.

Am besten jetzt schon einen Topf mit 1 Liter Wasser und einem groÃzÃ¼gigen Schuss Essig fÃ¼r die Eier aufsetzen.

Spargelsuppe pÃ¼rieren und wÃ¼rzen:

Wenn die SpargelstÃ¼cke schÃ¶n weich sind, mit einem Mixstab gut durchpÃ¼rieren. Wer keine Fasern in der Suppe mag, kann sie nun auch durch ein Sieb passieren, aber ich mag reichhaltige Suppen immer lieber. Wem die Suppe noch

zu dickflÃ¼ssig ist, der kann sie mit einem weiteren SchÃ¶pfer Spargelschalensud verdÃ¼nnen.

Mit Salz, Pfeffer, Muskat und einem Spritzer Zitronensaft wÃ¼rzen. Die Sahne dazu gieÃen und weiter mixen, bis sie ein wenig aufschÃ¼mt. Die Suppe warmstellen, bis die Eier fertig sind.

Eier pochieren:

Das kochende Wasser mit einem LÃ¶ffel in Bewegung bringen, dass es einen leichten Strudel bildet. Das Ei aufschlagen und in den Strudel plumsen lassen. Mit dem LÃ¶ffel vorsichtig weiter "strudeln", dass sich das EiweiÃ um das Eigelb legt. Mit dem 2. Ei genauso verfahren. FÃ¼r ca. 2 Minuten kÃ¼cheln, bis das Ei auÃen fest wird - innen darf es noch flÃ¼ssig sein.

Die Eier mit einem SchaumlÃ¶ffel heraus nehmen und abtropfen lassen. Wenn nÃ¶tig, die abstehenden EiweiÃ-FÃ¼den abschneiden, dass es schick aussieht.

Anrichten:

Die Spargelspitzen als Eierpodest in einen tiefen Teller legen und das pochierte Ei darauf plazieren. Die Suppe nochmal kurz aufmixen und auÃenrum angieÃen. Mit frischer Kresse garnieren.

Ein frÃ¼hlingsfrischer GenuÃ!

Weitere Spargelrezepte:

Lauwarmer Spargel-Nudelsalat

Pasta Salat mit RÃ¼ucherlachs und gerÃ¶stetem Spargel

Gebatener grÃ¼ner Spargel mit Balsamico und KÃ¼rbiskernÃ¶l

Kartoffelsalat mit gerÃ¶stetem grÃ¼nen Spargel, Kirschtomaten und Lauchzwiebeln in einem cremigen

ZiegenfrischkÃ¤se-Dressing

Der erste Spargel des Jahres mit Sauce Hollandaise, Schinken und Pellkartoffeln

Gratinierter Spargel mit neuen Kartoffeln (und Parmaschinken)

Spargel mit Rosmarin-Zitronen-Butter

Monday, April 19. 2010

## Kartoffelsalat mit gerÃ¶stetem grÃ¼nen Spargel, Kirschtomaten und Lauchzwiebeln in einem cremigen ZiegenfrischkÃ¤se-Dressing

FÃ¼r 2 Personen als Hauptmahlzeit z.B. mit einem belegten Brot:

1 Bund grÃ¼ner Spargel, geschÃ¶lt und in ca. 5 cm groÃe StÃ¼cke geschnitten

6 grosse Pellkartoffeln

eine handvoll Kirschtomaten, halbiert oder geviertelt (je nach GrÃ¶Ãe)

4 Stangen FrÃ¼hlingzwiebeln, gewaschen, lÃ¤ngs halbiert und in ca. 5 cm lange StÃ¼cke geschnitten

OlivenÃ¶l

etwas getrockneter Thymian

Salz (evtl. Fleur de Sel), Pfeffer

Dressing:

3/4 kleinen ZiegenfrischkÃ¤se-Taler

ca. 40 ml lauwarme, starke GemÃ¼sebrÃ¼he

ca. 2 EL KÃ¼rbiskernÃ¶l

2-3 EL Zitronensaft

Salz, Pfeffer, etwas Paprikapulver

KÃ¼rbiskerne, in einer Pfanne ohne Fett angerÃ¶stet

frische KrÃ¤uter wie Basilikum, Schnittlauch

Kartoffeln kochen, dann schÃ¶len und in feine Scheiben schneiden.

In der Zwischenzeit Ofen auf 230Â°C vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Den Spargel darauf verteilen, mit Salz, Pfeffer und etwas getrocknetem Thymian wÃ¤rzen, mit ein wenig OlivenÃ¶l betrÃ¶ufeln und fÃ¼r etwa 10-15 Minuten im heiÃen Ofen rÃ¶sten. Wenn sie gar und etwas knusprig sind, herausnehmen.

Die Kirschtomaten- und FrÃ¼hlingzwiebelstÃ¼cke auf das Backblech geben, ebenfalls wÃ¤rzen und ca. 5-10 Minuten im Ofen rÃ¶sten.

In einem Glas oder SchÃ¶lchen den ZiegenfrischkÃ¤se in der lauwarmen GemÃ¼sebrÃ¼he auflÃ¶sen.

KÃ¼rbiskernÃ¶l dazu geben und mit reichlich Salz und Pfeffer, etwas Paprika und Thymian wÃ¤rzen. Am besten verbindet sich die Mixtur, wenn man kurz einen Mixstab hineinhÃ¶lt. Der kleine, gÃ¼nstige HandmilchaufschÃ¶umer vom groÃen schwedischen MÃ¶belhaus eignet sich super, um Salatdressings zu mischen!

Kartoffeln und GemÃ¼se in eine groÃe Schale geben und gleichmÃ¤Ãig mit dem Dressing vermengen. Frische KrÃ¤uter und gerÃ¶stete KÃ¼rbiskerne hinzufÃ¼gen und mit Zitronensaft sÃ¤uern. Nochmal durchmischen und abschmecken. Wenn nÃ¶tig nachwÃ¤rzen.

Posted by orange in essen und kochen, rezepte, salate, spargel, vegetarisch at 07:54

Sunday, April 19. 2009

## **Der erste Spargel des Jahres mit Sauce Hollandaise, Schinken und Pellkartoffeln**

Kartoffeln in einem Topf mit Wasser gar kochen und dann pellen.

Spargel schÃ¶len und das angetrocknete, holzige Ende abschneiden. In einem Topf mit Wasser und einer Prise Zucker gar kochen.

Schinken (kann man natÃ¼rlich auch weglassen) zu RÃ¶llchen formen und auf den Tellern anrichten

In den letzten 10 Minuten Kochzeit von Spargel und Kartoffeln, die Sauce Hollandaise zubereiten:

Sauce Hollandaise

reicht fÃ¼r 6 Portionen

250 g Butter

3 Eigelb

1 EL Zitronensaft

3 EL Wasser oder WeiÃwein

Salz, Pfeffer

frisch geriebene Muskatnuss

meine Mutter macht immer noch klein gewÃ¼rfeltes, hart gekochtes Ei rein - lecker!

Butter in einem Topf flÃ¼ssig werden lassen und dann gleich vom Herd nehmen.

Das Eigelb mit dem Zitronensaft und dem Wasser in eine Metallschale oder einen Topf geben und in ein heiÃes Wasserbad stellen. Mit dem elektrischen HandrÃ¼hrgerÃt cremig schlagen. - Man kann es auch mit der Hand machen... ich war nur letztes Mal zu langsam mit RÃ¼hren und die Masse ist mir gestockt ;-) Mit dem KÃ¼chengerÃt hingegen hat es einwandfrei geklappt. Aber da machts sicher auch die Routine aus, was man bevorzugt.

Den Topf dann gleich aus dem Wasserbad nehmen - wie gesagt, wenn die Masse zu warm wird, stockt das Ei und man hat keine schÃ¶ne, cremige Sauce mehr. Dann ganz langsam lÃ¶ffelweise die zerlassene Butter mit hineintrÃ¼hren.

Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Nach Geschmack noch ein paar EierwÃ¼rfel untermengen.

Sofort servieren, da die leckere Sauce leider nicht mehr aufgewÃ¤rmt werden kann. Aber sie schmeckt auch lauwarm ;-)

Posted by orange in fleisch/wurst, rezepte, spargel, vegetarisch at 10:49

Thursday, March 20. 2008

### **Gebratener grÃ¼ner Spargel mit Balsamico und KÃ¼rbiskernÃ¶l**

Passt gut zu Lachs in BlÃ¤tterteig mit ZiegenfrischkÃ¤se-KrÃ¤uter-Dip

1 Schalotte, fein gehackt  
1 Bund grÃ¼ner Spargel, geschÃ¤lt und in ca. 3 cm lange StÃ¼cke geschnitten  
5 Cocktailtomaten  
Salz, Pfeffer  
1/2 TL brauner Zucker  
1 TL Butterschmalz  
Balsamico  
KÃ¼rbiskernÃ¶l  
2 EL KÃ¼rbiskerne

KÃ¼rbiskerne in einer Pfanne ohne Fett anrÃ¶sten. Dann heraus nehmen und zur Seite stellen.  
Die Cocktailtomaten vierteln und das Kernhaus heraus schneiden.

Butterschmalz in einer groÃen Pfanne erhitzen. Spargel darin ca. 5 Minuten anbraten, mit Salz und Pfeffer wÃ¤rzen.  
Schalotten und braunen Zucker dazu geben, mitbraten bzw. karamelisieren lassen. Wenn der Spargel fast fertig ist (er sollte noch bissfest sein) mit einem SchuÃ Balsamico ablÃ¶schen und ca. 2 Minuten einreduzieren lassen.  
KÃ¼rbiskerne und Tomaten vorsichtig mit dem Spargel vermengen und maximal 1 Minute ziehen lassen. Dabei mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Auf Tellern anrichten, etwas KÃ¼rbiskernÃ¶l darueber trÃ¶pfeln und - wer mag - mit frisch gehacktem Basilikum garnieren.

Posted by orange in essen und kochen, rezepte, spargel, vegetarisch at 20:23

Tuesday, March 18. 2008

## **Hooray! Spargelzeit!**

Endlich ist's wieder soweit, daÃ man die gesunden Stangen Ã¼berall frisch kaufen kann. Wir essen Spargel sehr gerne und deshalb stelle ich hier auch fÃ¼r Euch unsere Lieblings-Spargelrezepte kurz zusammen:

Lauwarmer Spargel-Nudelsalat  
Parmesan-gratinierter Spargel mit Rosmarinkartoffeln und Parmaschinken  
Spaghetti Thai Style

... oder einfach mit Bechamel-Sauce, Kartoffeln und Schinken.

In dieser Saison werden sicher noch ein paar Rezepte dazu kommen!

Posted by orange in essen und kochen, rezepte, spargel, vegetarisch at 21:45

Monday, May 7. 2007

## **Lauwarmer Spargel-Nudelsalat**

Eine tolle Kombination fÄ¼r GenieÄ¼er. Und so einfach zu machen!

FÄ¼r 2 Portionen als Vorspeise:

1 Bund grÄ¼ner Spargel

150 g HÄ¼rnchennudeln

1 groÄ¼e Tomate

1 handvoll schwarze Oliven ohne Stein

1/4 PÄ¼ckchen Feta

Balsamico

OlivenÄ¼l

Puderzucker

Salz, Pfeffer

paar BlÄ¼ttchen frischer Basilikum

Nudeln biÄ¼fest kochen.

Spargel waschen und das holzige Ende abschneiden, dann dritteln. Tomate in grobe WÄ¼rfel schneiden, Kernhaus entfernen. Oliven in Scheiben schneiden.

OlivenÄ¼l in einer Pfanne erhitzen, den Spargel darin so lange (mit Deckel) braten, bis er Farbe nimmt und biÄ¼fest, aber durch ist. Die letzten paar Minuten auch die TomatenstÄ¼cke dazu geben. Mit Salz und Pfeffer wÄ¼rzen. Dann mit etwas Puderzucker bestreuen, kurz karamelisieren lassen und mit einem Schuss Balsamico ablÄ¼schen. Balsamico kurz etwas einkochen lassen. Die Oliven und die Nudeln mit in die Pfanne geben und durchschwenken. Auf einem Teller anrichten.

Feta drÄ¼ber brÄ¼seln und mit frischem, gehackten Basilikum garnieren.

Posted by orange in essen und kochen, nudelsalat, rezepte, snacks/vorspeisen, spargel, vegetarisch at 19:57

Friday, April 27. 2007

### **Gratinierter Spargel mit neuen Kartoffeln (und Parmaschinken)**

Dieses Gericht haben wir einmal so Ähnlich in einem Restaurant bekommen und es hat uns so gut gefallen, dass wir es auch zuhause ausprobieren mussten!

fÄ¼r 2 Personen:

1kg weiÄer Spargel, geschÄlt

Parmesan am StÄ¼ck

Kartoffeln (Menge nach Hunger ;-)

150 g Parmaschinken (kann auch weggelassen werden fÄ¼r die vegetarische Variante)

oder Ruccola fÄ¼r die Veggies

Kartoffeln im Schnellkochtopf (oder einem normalen Topf) aufsetzen. Wasser in einem 2. Topf erhitzen, eine Prise Zucker zugeben und den Spargel darin bissfest kochen. Den Ofen auf 200 Grad vorheizen. Den Spargel in eine Auflaufform schichten, etwas pfeffern und reichlich Parmesan drÄ¼ber reiben. ButterflÄ¼ckchen darauf setzen. In den Ofen schieben und gratinieren.

Die Kartoffeln vor dem Verkochen retten und - wer mag - ungeschÄlt (halbiert oder geviertelt, wenn die Kartoffeln recht groÄ sind) mit Butter und Rosmarin in der Pfanne anbraten.

Wenn der KÄse schÄ¼n zerlaufen ist, Spargel mit den Kartoffeln und zu RÄ¼schen geformten Parmaschinkenscheiben anrichten. Alternativ mit Rucola anrichten, wenn man keinen Schinken mag.

Posted by orange in essen und kochen, rezepte, snacks/vorspeisen, spargel, vegetarisch at 17:04