



Spargel "klassisch"

<https://www.edeka.de/rezepte-ernaehrung/rezepte/rezeptsuche/spargel-klassisch.jsp>



Gekochter weißer und grüner Spargel mit rohem Schinken und Sauce Hollandaise.

Zutaten

Zutaten für: 4 Portionen

Für den Spargel:

Menge	Artikel	Unsere Empfehlung
1 kg	Spargel, weiß	
500 g	Spargel, grün	
	Salz	GUT&GÜNSTIG
		Jodsalz
2 Scheiben	Zitrone, unbehandelt	

Für die Sauce Hollandaise:

Menge	Artikel	Unsere Empfehlung
180 g	Butter	GUT&GÜNSTIG
		Deutsche Markenbutter
50 g	Schalotten	
1 Zweig	Estragon	
1 Zweig	Petersilie	
1	Lorbeerblatt	
5	Pfefferkörner, weiß	
2 EL	Balsamico Bianco	
8 EL	Weißwein, trocken	
3	Eigelbe	
1 Prise	Cayennepfeffer	
	Salz	
1 Spritzer	Zitronensaft	

Außerdem:

Menge	Artikel	Unsere Empfehlung
120 g	Schwarzwälder Schinken	GUT&GÜNSTIG
		Schwarzwälder Schinken

Rezept: Ernährungsservice
Foto: EDEKA Zentrale AG & Co. KG

Rezeptinformation

Zutaten für: **4 Portionen**

Zubereitungszeit: **60 Min.**

Fertig in: **60 Min.**

Je Portion : **2433 kJ, 581 kcal, 11 g Kohlenhydrate, 18 g Eiweiß, 49 g Fett, 311 mg Cholesterin, 6 g Ballaststoffe**

Schwierigkeitsgrad: **mittel**

Zubereitung

Spargel:

1.) Den weißen Spargel schälen, den grünen Spargel nur schälen, wenn die Schale sehr dick ist. Beide Sorten zu kleinen Bündeln binden.

2.) Die Spargelbündel in kochendem Salzwasser mit den Zitronenscheiben garen anschließend herausnehmen und warm halten. Der weiße Spargel benötigt ca. 15 Minuten, je nach Dicke, der grüne nur 10 Minuten.

3.) Die Spargelbündel gut abtropfen lassen, das Küchengarn entfernen und auf Tellern mit dem Schinken anrichten. Die Sauce Hollandaise separat dazu reichen.

Für Spargelliebhaber: leckere oder

Sauce Hollandaise:

1.) Die Schalotte pellen und ganz fein würfeln.

2.) Die Butter vor der Verwendung so lange kochen, bis sich die Molke abgesetzt hat und zum größten Teil verdampft ist. Wenn sich hellbraune Flocken bilden, die Butter sofort vom Herd nehmen und leicht abkühlen lassen.

3.) Die klein geschnittenen Schalotten, Kräuterzweige, Lorbeerblatt, Pfefferkörner, Essig, 2 EL Wasser und Weißwein für die Reduktion in einen Topf geben, aufkochen lassen und bis auf ein Viertel einreduzieren. Durch ein feines Sieb in die Schüssel geben, in der die Sauce aufgeschlagen werden soll.

4.) Die Eigelbe in die Schüssel mit der Reduktion geben. Über einem heißen Wasserbad aufschlagen, bis die Spuren des Schneebebens gut erkennbar sind. Herausnehmen und die Butter erst tropfen-, dann fadenweise unterschlagen. Wichtig: Die Butter und die Eigelbe sollten in etwa die gleiche Temperatur haben. Die Sauce erst ganz zum Schluss mit den Gewürzen abschmecken.

Beilagentipp:

Am besten schmecken neue Pellkartoffeln dazu. Sie können aber auch Salzkartoffeln reichen.

Kochschultipp:



Spargel "klassisch"

<https://www.edeka.de/rezepte-ernaehrung/rezepte/rezeptsuche/spargel-klassisch.jsp>

Verwenden Sie zum Aufschlagen der Hollandaise eine möglichst ganz runde Schüssel ohne Ecken am Boden. So erreichen Sie mit dem Schneebesen jede Stelle der Schüssel und das Eigelb stockt nicht in den Ecken.

Probieren Sie auch unser !

Küchenutensilien



EDEKA zuhause Ziehschäler: Ziehschäler mit frei schwingender, beidseitig geschliffener Klinge, somit für Links- und Rechtshänder geeignet

Kochschule

Weißer Spargel schälen: Den Spargel unter fließendem Wasser waschen und abtropfen lassen. Mit dem Sparschäler direkt unter der Spargelspitze ansetzen und die Schale abziehen. Den Spargel rundum von der Schale befreien, nach unten hin großzügiger schälen, da hier die Schale besonders dick ist. Am Ende die unteren holzigen Enden mit einem Messer abschneiden.

Kochschule

Ganze Spargelstangen garen: Schälen Sie den Spargel und bündeln Sie ihn dann mit Küchengarn in die gewünschten Portionen. Das hat den Vorteil, dass Sie den Spargel nach dem Garen leichter aus dem Topf heben können.
