

Erdbeer-Tiramisu

4 Pers.

Zutaten:

ca. 150g Löffelbiskuits
750 g frische Erdbeeren
100 g Zucker
1 Päckchen Vanillezucker
500 g Mascarpone
500 g Magerquark
200 ml Sahne
ca 80 ml Orangenlikör
1 EL Kakao

Zubereitung:

1. Erdbeeren waschen und klein schneiden. Die Hälfte des Zuckers mit den Erdbeeren mischen. Eine Auflaufform mit Löffelbiskuits auslegen. Nach Belieben mit Orangenlikör beträufeln. Die Löffelbiskuits sollten ein wenig durchgefeuchtet sein.
2. Mascarpone, Quark, Van. zucker und restlichen Zucker verrühren, mit 2 EL Orangenlikör abschmecken. Sahne steif schlagen und unterheben.
3. Erdbeeren mit dem Saft auf den Löffelbiskuits verteilen und die Creme darüber streichen. Bis zum Verzehr im Kühlschrank aufbewahren.
4. Dann Kakao durch ein Sieb auf die Cremestäuben und servieren.

Spargel-Risotto

4 Port.

Zutaten:

2 Zwiebeln
4 EL Olivenöl
250 g Risottoreis (z. B. Arborio-Reis oder Vialone-Reis)
350 ml Weißwein
500 ml Gemüsebrühe
500 g grüner Spargel
100 ml Sahne
3-4 EL gehobelter Parmesan
Salz, frisch ger. Pfeffer

Zubereitung:

1. Zwiebeln abziehen und in kleine Würfel schneiden. Olivenöl in einem Topf erhitzen, Zwiebelwürfel darin glasig dünsten. Reis hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Brühe und Wein erhitzen und davon nach und nach zum Reis gießen. Gelegentlich umrühren und immer wieder etwas Brühe hinzugießen.
2. Von dem Spargel nur das untere Drittel schälen und die Enden abschneiden. Spargel waschen, abtropfen lassen und in etwa 3 cm lange Stücke schneiden. Spargelstücke und Sahne etwa 15 Min. vor Ende der Garzeit zum Reis geben und mitgaren lassen.
3. Risotto in einer Schüssel anrichten. Mit Parmesan und Pfeffer bestreuen.

Thaispargel-Topf

4 Pers.

Zutaten:

- 1 Zwiebel
- 2 Stängel Zitronengras
- 1 Limette
- 100 g Shiitake-Pilze
- 300 g Thaispargel (dünner grüner Spargel)
- 1 EL Erdnussöl
- 2 EL mildes Currypulver
- 1 TL rote Curry- Paste
- ½ l Kokosmilch
- 200 ml Spargelfond (Ersatzweise Gemüsebrühe)
- Salz, Pfeffer, Zucker
- ½ Bd. Koriandergrün

Zubereitung:

1. Zwiebel schälen und fein würfeln. Vom Zitronengras das äußere harte Blatt entfernen. Zitronengras abspülen, trocken tupfen, flach drücken und in große Stücke schneiden. Limette auspressen.
2. Pilze mit einem Küchenkrepp abreiben. Die Stiele abschneiden. Vom Spargel das untere Drittel schälen und ihn dann in 2-3 cm schräge breite Streifen schneiden.
3. Öl in einem großen Topf erhitzen und die Zwiebel glasig dünsten. Curry, Currypaste und Zitronengras dazugeben und unter Rühren anbraten, bis es duftet. Kokosmilch und Spargelfond dazugießen und aufkochen lassen.
4. Pilze und Spargel zugeben und alles 3-5 Min. bei mittlerer Hitze kochen. Mit Limettensaft, Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Zitronengras entfernen.
5. Koriander abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Die Suppe damit bestreuen und servieren.

Schweinefilet mit Pinienkruste und Spargelragout

4 Pers.

Zutaten:

650 g Schweinefilet
Salz, weißer Pfeffer
4 EL Rapsöl
500 g weißer Spargel
2 EL Butter
3 kleine Zwiebeln
100 ml trockener Weißwein
200 g Sahne
1 TL Kartoffelstärke
1 Pr. Zucker
etwas Kerbel

für die Pinienkruste:

4 EL Pinienkerne
2 kleine Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
2 EL Semmelbrösel
je etwa Petersilie, Basilikum und Kerbel
100 g weiche Butter

Zubereitung:

1. Ofen auf 80° (Umluft: 50°) vorheizen. Das Schweinefilet in 4 Stücke portionieren und etwas flacher klopfen. Mit Salz und Pfeffer würzen. 4 EL Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin pro Seite ca. 3 Min. anbraten. In eine Auflaufform legen und im Ofen ca. 20 Min. (Niedrigtemperatur) garen.
2. Den Spargel schälen und die holzigen Enden abschneiden. Spargel in Stücke schneiden. 2 Zwiebeln schälen und hacken. Butter in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln darin anschwitzen. Spargel dazugeben. Mit Weißwein und Sahne ablöschen. Offen ca. 20 Min. köcheln lassen.
3. Ragout mit Stärke binden. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Etwas Kerbel waschen, abzupfen und hacken. Unter das Ragout rühren.
4. Für die Kruste Pinienkerne ohne Fett rösten und hacken. 2 Zwiebeln und den Knoblauch schälen und fein würfeln. Den Rest Kerbel, die Petersilie und Basilikum waschen und hacken. Mit Zwiebeln, Knoblauch, Semmelbröseln, Pinienkerne und 100 g Butter cremig rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Masse auf die Fleischportionen streichen. Unter dem heißen Ofengrill ca. 5 Min. überbacken und mit dem Spargelragout anrichten..

Spargel-Cannelloni mit Pinienkernen

4 Pers.

Zutaten:

4 EL. Pinienkerne
500 g grünen Spargel
Salz, Zucker
400 g Cocktailtomaten
2 Knoblauchzehen
3 EL Olivenöl
200 ml trockenen Weißwein
200 ml Gemüsebrühe
1 Bd. Basilikum
12 Cannelloni
250 g Ricotta
3 Eigelb
150 g fettarme Schinkenwürfel
150 g gerieb. Emmentalerkäse
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett hellbraun rösten
2. Vom Spargel das untere Drittel schälen und in **1 cm** große Stücke schneiden. Im Salzwasser mit 1 Pr. Zucker **5 Min. garen** und abtropfen lassen.
3. Die Cocktailtomaten in kochendem Wasser blanchieren und die Haut abziehen und klein schneiden. Die Knoblauchzehen sehr klein würfeln (Knoblauchpresse) und mit den Tomaten im Olivenöl 10 Min andünsten. Mit dem Wein und der Brühe ablöschen und **5 Min.** köcheln lassen und zur Seite stellen.
4. *Für die Füllung:* Den Ricotta mit dem Eigelb verrühren, 2 EL. Pinienkerne, die Hälfte des Spargels und die Schinkenwürfel dazugeben. Die Hälfte des Basilikums hacken und unter die Masse geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Cannelloni „ohne Vorkochen“ mit der Ricottamasse füllen und in eine gefettete Auflaufform legen.
6. Jetzt die Tomaten mit dem Sud aus der Pfanne und den restlichen Spargelstücken über die gefüllten Cannelloni verteilen.
Den geriebenen Käse und den Rest Pinienkerne darüberstreuen.
6. Im vorgeheizten Backofen bei **170 °** auf der mittleren Schiene **ca. 30 Min.** garen.
Mit Basilikum garniert servieren.

Spargelintopf mit Lachs

Vorsuppe: 8-10 Pers

Zutaten:

500 g Spargel (auch Bruch)
2 Stangen Lauch
2 Möhren
400 g Kartoffeln
2 mittlere Zwiebeln
25 g Butter
300 ml trockener Weißwein
750 ml Fleischbrühe
500 g Lachsfilet
Salz, Pfeffer
etwas Zitronensaft
25 g Butter
400 ml Sahne
Zucker
Mehlbutter aus 40 g Butter und 30 g Mehl oder Saucenbinder
80 ml Amaretto

Zubereitung:

1. Spargel schälen, in mundgerechte Stücke schneiden. Den Lauch putzen, halbieren, in feine Scheiben schneiden und schnell in kaltem Wasser waschen und abtropfen lassen. Die Möhren putzen, halbieren und in ebensolche Stücke schneiden. Kartoffeln schälen und ins gleiche Format bringen. Zwiebeln klein würfeln. Alles zusammen in der Butter anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und mit Brühe auffüllen, ca. 15 Min köcheln lassen.
2. Den Lachs in Würfel schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und leicht mit Zitronensaft beträufeln. Butter in einer Pfanne erhitzen, den Lachs hineingeben und von allen Seiten kurz scharf anbraten. Vom Herd nehmen.
3. Sahne zum Eintopf geben und kurz aufkochen lassen. Mit der Mischung 40 g Butter und 40 g Mehl andicken. Mit Amaretto abschmecken. Kurz vor dem Servieren die Lachswürfel hinzufügen und nochmals abschmecken.

Spargel-Erdbeer-Salat

4 Pers.

Zutaten:

500 g weißer Spargel
500 g grüner Spargel
300 g Erdbeeren
100 g Zucker
100 ml Weißer Balsamico
2 EL ÖL
150 g Rucola
2 EL Pinienkerne
1 TL Basilikum, getr.
Basilikum frisch

Zubereitung:

1. Weißen Spargel schälen, untere Enden abschneiden. Grünen Spargel waschen und Enden abschneiden. Beide Sorten in ca. 3-4 cm Stücke schneiden. Weißen Spargel im Salzwasser 15 Min. garen, nach 5 Min. Kochzeit den grünen Spargel zufügen.
2. Erdbeeren waschen, halbieren oder vierteln.
3. Zucker karamellisieren, unter Rühren mit 100 ml heißem Wasser und heißem Essig ablöschen (Vorsicht, spritzt leicht), aufkochen, 5-7 Min. köcheln. Mit Salz, Pfeffer und getrocknetem Basilikum würzen. Öl darunter schlagen.
4. Spargel abtropfen lassen. Den gewaschenen Rucola und Spargel schön auf einer Servierplatte arrangieren. Die Erdbeeren verteilen. Vinaigrette darüber gießen und mit Pinienkernen bestreuen und Pfeffer darüber mahlen.