

Spargel

Es ist Ende März und ich beginne, mich auf die Spargelsaison zu freuen. Es gibt ihn auch schon im Supermarkt, aber ich warte auf die heimischen Produkte. Zu Beginn gleich eine Klarstellung: ich bevorzuge weißen Spargel, mische aber immer wieder auch ein paar Stangen des Grünen dazu.

Spargel kann man auf verschiedenste Art zubereiten, kalt oder warm, als Suppe oder Hauptspeise, oder Beilage bis hin zu Salat. Auch hier gilt wieder unsere Maxime hinsichtlich der Dauer der Zubereitung: nicht mehr als 30 Minuten.

Zu Beginn jeglicher Zubereitung steht das Schälen: den weißen Spargel bitte großzügig schälen, lieber einen Millimeter mehr Haut abziehen, sonst hat man beim Essen die Fasern zwischen den Zähnen. Den Grünen wiederum ganz wenig schälen und das nur am Strunk. Er hat eine viel weichere Haut.

Die geschälte Haut kann man übrigens zum Kochwasser dazugeben und mitkochen, damit bekommt das Spargelwasser einen intensiveren Geschmack und eignet sich noch besser als Basis für eine Spargelsuppe. Ich gebe in das Kochwasser je einen Teelöffel Salz und Zucker.

Es gibt unterschiedliche Philosophien hinsichtlich der Kochdauer, ich bevorzuge ihn bissfest und daher nicht zu weich. Dünne Stangen daher maximal 6 Minuten, dicke doppelt so lange. Die Stangen nach dem Kochen am besten in ein frisches Geschirrtuch geben, damit die Wasserreste aufgefangen werden und der Spargel warm bleibt.

Wenn der Spargel die Hauptspeise darstellt, dann esse ich ihn gerne mit Salzkartoffeln, etwas Olivenöl und Rohschinken. Für die Suppe einfach das Spargelwasser mit etwas Mehl binden und dann 2 cm lange Stücke dazugeben.

Guten Appetit!