

Hier und heute



Gebratener Spargel mit Bergkäse, Schinken und Wildkräutern

Sascha Stenberg brät den blanchierten Spargel sanft in Öl - für wunderbare Röstaromen. Die Tomatenvinaigrette harmoniert perfekt mit würzigem Bergkäse und Wildkräutern.

Rezept

Gebratener Spargel mit Bergkäse, Schinken und Wildkräutern

von Sascha Stenberg für 4 Personen

Zutaten für die Vinaigrette

- 2 Tomaten
- 40 g Schnittlauch
- 1½ TL süßer Senf
- 100 ml kalter Spargelfond
- 50 ml Traubenkernöl
- 10 ml Apfelbalsamessig
- Meersalz, weißer Pfeffer

Zutaten für den Spargel

- 16 Stangen weißer Spargel (nicht zu dünn)
- 1,4 l Spargelfond
- Olivenöl
- Meersalz

Zutaten für den Wildkräutersalat

- 130 g gemischte Kräuter nach Saison (z. B. Schafgarbe, Vogelmiere, Kerbel, Dill, Taubnessel)
- 80 g Friséesalatherzen

Außerdem

- 140 g luftgetrockneter Schinken (2–3 Jahre gereift)
- 120 g Bergkäse, in feine Späne gehobelt
- essbare Blüten zum Garnieren

Zubereitung

Für die Vinaigrette die Tomaten häuten: Dazu von den Tomaten den Stielansatz herausschneiden, die Haut unten einritzen und die Tomaten in kochendem Wasser 15–20 Sekunden blanchieren. In Eiswasser abschrecken, anschließend häuten, vierteln und entkernen. Das Fruchtfleisch klein würfeln und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Den Schnittlauch waschen, trocken tupfen und in feine Röllchen schneiden.

In einer Salatschüssel den Senf mit dem kalten Spargelfond glatt verrühren und mit Traubenkernöl und Essig leicht binden. Gut mit Salz und Pfeffer würzen. Tomaten und Schnittlauch unterheben, die Vinaigrette nochmals abschmecken und etwa 20 Minuten ziehen lassen. Inzwischen den Spargel waschen, schälen und die holzigen Enden abschneiden. Den Spargelfond in einem breiten Topf aufkochen und den

Hier und heute



Spargel darin 5–6 Minuten leicht simmern (nicht kochen!). Herausnehmen und auf einem Küchentuch abtropfen und abkühlen lassen.

Für den Wildkräutersalat die Kräuter und den Frisée waschen, trocken tupfen und die Blätter abzupfen. Beides zur Vinaigrette geben und locker untermischen.

Zum Servieren etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Spargel darin rundum leicht anbräunen. Salzen und kurz auf Küchenpapier entfetten. Dann mit dem Salat auf Tellern anrichten und Schinken und Bergkäse dazusetzen. Mit den Blüten garnieren.

Tipp

Zu diesem spanisch angehauchten Rezept passt ein Schinken vom Iberico-Schwein oder alternativ vom Bunten Bentheimer. Als Käse wählt ihr am besten einen gut 2 Jahre gereiften, kräftigen Bergkäse.

Zutaten für den Spargelfond

für 1 Liter

- Schalen und Endstücke von 10–12 Stangen weißem Spargel
- 1,5 l kaltes Wasser
- 20 g Meersalz
- 15 g Zucker
- 60 g Butter
- 1/3 Bio-Zitrone

Zubereitung

Die Spargelschalen und -endstücke in einem Topf mit so viel kaltem Wasser auffüllen, dass alles gut bedeckt ist. Salz, Zucker und Butter dazugeben. Die Zitrone heiß waschen und abtrocknen, dann über dem Topf ausdrücken und auch die Frucht hineinlegen. Das Ganze einmal aufkochen, dann den Herd ausschalten und den Sud 20–30 Minuten ziehen lassen.

Anschließend den Fond durch ein Passiertuch oder Mikrosieb passieren und auffangen, die Spargelreste entfernen. Den Fond in ein sauberes Einmachglas füllen, abkühlen lassen und verschließen.

Kühl gestellt ist der Sud etwa 10 Tage haltbar. Zum längeren Aufbewahren entweder erhitzen und heiß in Gläsern einwecken oder abgekühlt unter Vakuum oder in Eiswürfelformen einfrieren.

Tipp

Der Fond kann zwei- bis dreimal zum Spargelkochen verwendet werden. Dabei verstärkt sich sein Aroma immer mehr, sodass er sich am Ende wunderbar für eine Spargelcremesuppe eignet.