



Spargel-Pfanne von weißem und grünen Spargel

Gemüse der Saison vom Markt

Hollandaise mit Wildkräutern

Kartöffelchen in der Schale gegart

Zutaten für 10 Personen

1,5 kg Spargel, weiß, in Stücke

1,0 kg Spargel, grün, in Stücke,

0,5 kg Karotten, frisch, geputzt

20 g Schalotten, fein, in Würfeln

0,1 kg Butter

10 g Zucker, braun, Rohrzucker, fair gehandelte Lebensmittel

0,4 l Gemüsebrühe, fertig, gekocht

0,3 kg Bohnen, feine, geputzt, blanchiert

0,3 kg Erbsenschoten, in Stücke, blanchiert

Meer-Salz, Pfeffer, fair gehandelte Lebensmittel

0,1 Kg Blattpetersilie, geschnitten

2,0 l Hollandaise mit Butter

Ab Ca. Mitte Mai steht im Bad Nauheimer Blog wie die Sauce Hollandaise frisch hergestellt wird

1 Stück Limetten, unbehandelt, fair gehandelte Produkte

Wildkräuter vom Markt

1,5 kg Kartoffeln, klein, neu mit Schale

Salz, Kümmelkorn, fair gehandelte Produkte

Kresse, rot



Zubereitung

1. Den weißen und grünen Spargel blanchieren, in Eiswasser kurz abschrecken, die Karotten in Stifte schneiden.
2. Die Schalotten in der Butter angehen, mit Zucker karamellisieren, mit etwas Gemüsebrühe ablöschen.
3. Den weißen Spargel und die Karotten, dazugeben, kurz mit glacieren, mit dem Rest der Gemüsebrühe auffüllen und ca. 10 Minuten garen.
4. Den blanchierten grünen Spargel, grüne Bohnen und Erbsenschoten, dazugeben und weitere 5 Minuten mit garen.
5. Ist der Fond fast verdunstet, mit etwas Salz, Pfeffer und frischer Blatt-Petersilie abschmecken.
6. Die Hollandaise aufkochen mit abgeriebener Limonenschale abrunden, kurz vor dem Servieren die Wildkräuter unterheben.
7. Die Kartoffeln mit Schale in wenig Wasser, Salz und Kümmel kochen.



Serviertipps

- Die Spargelpfanne mit dem Gemüse gefällig anrichten, Wildkräuter-Hollandaise an saucieren, Kartoffelchen mit Schale dazulegen mit roter Kresse garnieren.

Tipp Dazu serviert man ein Schweinefilet aus der Wetterau.

Allergenkennzeichnung

Milch (G), Ei (C),

Beachten Sie die zusätzlichen Zutaten bei der Gemüsebrühe

**Viel Spaß beim Kochen und Genießen
Ihr Verein der Köche Bad Nauheim
Rolf Unsorg**