

Folge 3: Ein Leben für den Spargelhof im Schiefelbusch

Rezepte von Helga Trimborn

Alle Mengenangaben für 6 Personen
(wenn nicht anders angegeben)

**Vorspeise: Variationen vom Spargel
mit Wildkräuter-Salat**



Zutaten:

Für die Spargelcremesuppe:

2 kg weißer Spargel
1 EL Zucker
2 TL Salz
125 g Butter
3 EL Mehl
2 Eigelbe
125 g Sahne

Für den Spargelsalat:

2 EL Öl
4 EL Rapsöl
1–2 EL Honig
1 EL mittelscharfer Senf
125 ml Orangensaft
4 EL Rapsöl
2 Lachsfilets à ca. 150 g, ohne Haut

Für den Wildkräuter-Salat:

200 g gemischte Wildkräuter (z.B. Rucola
Kapuzinerkresse, Löwenzahnsalat, Sauerampfer)
100 g Olivenöl
50 g Himbeeressig
50 g Aceto balsamico
50 g Crema di Balsamico
½ TL Pfeffer
1 TL Salz
1 Schuss Himbeersirup
1 Prise Zucker

Zubereitung:

Den Spargel schälen, die holzigen Enden abschneiden und die Schalen aufbewahren. Die Spargelschalen in einem Topf mit reichlich Wasser bedecken, mit Zucker und Salz aufkochen und bei schwacher Hitze 30 bis 40 Minuten köcheln lassen. Den Sud in einen zweiten Topf abgießen, dabei die Schalen entfernen.

Inzwischen für den Wildkräutersalat die Wildkräuter verlesen, waschen und trocken schleudern, eventuell grobe Stiele dabei entfernen. Für das Dressing alle übrigen Zutaten mit 50 g Wasser verrühren.

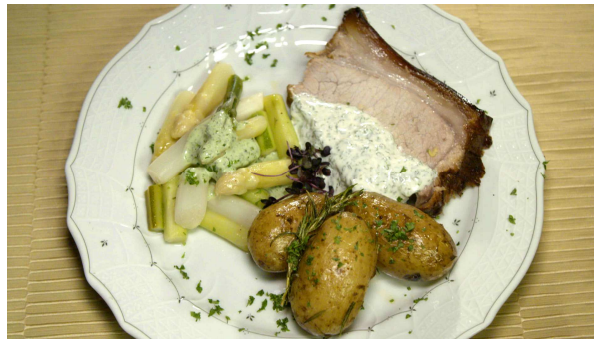
Vom Spargel die Spitzen etwa 5 cm lang abschneiden (für den Salat!), die restlichen Stangen in etwa 2 cm lange Stücke schneiden. Den Spargelsud erhitzen, darin Spargelspitzen und –stücke separat etwa 8 Minuten garen, wieder herausholen und beiseite stellen.

Für den Spargelsalat in einer Schüssel Honig und Senf verrühren, Orangensaft und Rapsöl untermischen und die beiseite gestellten Spargelspitzen vorsichtig unter das Dressing heben.

Für die Spargelcremesuppe die Butter in einem großen Topf zerlassen und das Mehl einrühren. Den warmen Spargelsud unter Rühren dazugießen und bei mittlerer Hitze etwa 10 Minuten köcheln lassen. Dabei immer gut umrühren. Die Suppe vom Herd ziehen. Die Eigelbe mit der Sahne verquirlen und die Eiersahne unter die warme Suppe rühren. Die Suppe darf nicht mehr kochen! Die beiseite gestellten Spargelstücke unterheben und kurz warm werden lassen.

Die Lachsfilets in etwa 2 cm breite Streifen schneiden und im heißen Öl auf jeder Seite sanft anbraten. Den Spargelsalat auf vier Teller verteilen und die Lachsfilets darauf anrichten. Die Wildkräuter auf Teller verteilen, mit dem Dressing beträufeln und alles zusammen mit der Spargelsuppe servieren.

Hauptspeise: Lummerbraten mit gebratenem Spargel



Zutaten:

Für den Schweinerückenbraten:

5 Stiele Koriander
1 Knoblauchzehe
8 EL Rapsöl
2 EL Sojasauce
4 EL flüssiger Honig
4 EL Zitronensaft
2 EL mittelscharfer Senf
2 kg Schweinerücken
Salz, Knoblauch (nach Geschmack)

Optional:

Buchenholzspäne zum Räuchern, Smoker

Beilagen:

800 g Kartoffeln (Drillinge)
Butter
Grüne (Frankfurter) Sauce (aus z.B: Petersilie, Kresse, Schnittlauch, Sauerampfer, Borretsch, Pimpinelle, Kerbel; Schmand, Saure Sahne, Salz, Pfeffer, ev. Schuss Essig)
1,5 kg Spargel, grün und weiß gemischt
Petersilie

Zubereitung:

Für die Marinade den Koriander waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein hacken. Die Knoblauchzehe in feine Würfel schneiden und beides mit Öl, Sojasauce, Honig, Zitronensaft und Senf verrühren.

Den Schweinerücken rundum mit der Marinade bestreichen und 24 Stunden zugedeckt ziehen lassen. Am nächsten Tag das Fleisch an der Oberseite quer leicht einritzen und in jeden Spalt etwas Salz und nach Belieben Knoblauch geben.

Den Smoker mit Buchenholzspänen auf 200°C anheizen und den Schweinerücken darin erst etwa 1 ½ Stunden garen und dann zweimal 15 Minuten räuchern.

Das Fleisch in Scheiben schneiden und servieren.

Kartoffeln (Drillinge) waschen, mit Schale kochen, in Butter geschwenkt braten, mit Kräutern abschmecken und mit Frankfurter Sauce servieren.

Gewaschenen, geschälten grünen und weißen Spargel in Butter 5 Minuten anbraten. 250 ml Spargelflüssigkeit/Wasser dazugeben und 5 Minuten garen.

Mit grüner Sauce servieren und mit frisch gehackter Petersilie bestreuen.

Nachspeise: Erdbeerparfait mit Hörnchen nach Omas Rezept



Zutaten:

Für das Parfait:

- 1 Vanilleschote
- 500 g Erdbeeren
- 4 Eigelbe
- 100 g Zucker
- 150 g Naturjoghurt
- 250 g Sahne

Zum Garnieren: Erdbeeren, etwas Puderzucker, Minze- oder Melisseblätter

Für die Vanille-Butter-Hörnchen:

- 175 g Butter
- 2 Eier
- 200 g Zucker
- 2 Päckchen Vanillezucker
- 350 g Mehl

Zubereitung:

Die Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark mit einem spitzen Messer herauskratzen. Die Erdbeeren waschen, putzen und mit dem Stabmixer fein pürieren. Ein Drittel vom Erdbeerpüree beiseite stellen. Die Eigelbe mit Zucker und Vanillemark in einer Rührschüssel mit den Quirlen des Handrührgerätes schaumig schlagen, bis sich der Zucker vollständig gelöst hat. Den Joghurt und das Erdbeerpüree unter die Eiemischung rühren.

Die Sahne steif schlagen und unter die Creme heben. Eine gefrierfeste Form mit Frischhaltefolie auslegen, die Erdbeercreme einfüllen und mit dem restlichen Erdbeerpüree bedecken. Das Parfait im Tiefkühlfach mindestens 4 Stunden frieren lassen.

Zum Servieren das Parfait aus der Form stürzen und die Frischhaltefolie abziehen. Das Parfait in Scheiben schneiden, auf Desserttellern anrichten und mit etwas Puderzucker bestäuben. Mit Erdbeeren und Minze- und Melisseblättern garnieren.

Für die Vanille-Butter-Hörnchen die Butter in einem Topf zerlassen. Eier, Zucker und Vanillezucker in einer Rührschüssel vermischen, das Mehl und 250 ml Wasser hinzufügen und alles mit den Quirlen der Küchenmaschine zu einem glatten Teig verrühren. Der Teig sollte gut vom Löffel fließen: Ist dies nicht der Fall, noch etwas mehr Wasser hinzufügen. Den Teig zugedeckt mindestens 2 Stunden ruhen lassen.

Ein Hörnchen-Waffeleisen nach Gebrauchsanweisung vorheizen. Den Teig portionsweise einfüllen und auf Stufe 3 backen. Die Hörnchen anschließend über einen Holzlöffel oder eine Gabel aufrollen und abkühlen lassen. Alles zusammen schön anrichten.