



Spargel nach polnischer Art – es muss nicht immer Hollandaise sein

Zubereitungszeit: 15 min **Kochzeit:** 30 min **Gesamtzeit:** 45 min **Schwierigkeitsgrad:** einfach **Portionen:** 2

Kalorien p.P.: 87 kcal

Zutaten

1 kg frischer weißer Spargel - geschält und Enden abgeschnitten (ca. 700 bis 800 g geschält)

1 unbehandelte Zitrone

Salz, Zucker

120 g Weizen- oder Dinkelbrot - in ca. 1 cm Würfel geschnitten

4 große Bioeier

60 g geräucherter Schinken - in Streifen geschnitten

1 Handvoll gehackte Kräuter (In meinem Fall: Frühlingszwiebel, Estragon, Petersilie und Ysop)

40 g Butter

Zubereitung

1. Einen großen Topf (indem die Spargelstangen Platz haben) ca. zur Hälfte mit Wasser füllen und mit Deckel zum Kochen bringen.
2. Eine Pfanne und einen kleinen Topf mit einem Fingerbreit Wasser darin und einem Deckel zum Kochen aufstellen.
3. 20 g Butter in die Pfanne geben und die Brotwürfel darin über 5 bis 10 Minuten kross goldbraun rösten
4. Sobald das Wasser in dem kleinen Topf kocht, die Eierschale bei der Luftblase anstechen und die Eier für 9 Minuten hart kochen und dann in kaltem Wasser abkühlen.
5. Wenn das Spargelwasser kocht, die Zitrone mit einem Sparschäler abschälen (ohne das Weiße) und auspressen.
6. Das Wasser mit der Schale, dem Zitronensaft, Salz und Zucker süß-salzig-sauer abschmecken und die Spargelschalen beigeben. Das Ganze nun bei abgeschaltetem Herd mit Deckel ca. 10 Minuten ziehen lassen und dann passieren (durch ein Sieb abschütten).

7. Diesen Spargelsud wieder zum Kochen bringen, den geschälten Spargel begeben und noch mal mit Deckel aufkochen lassen. Hitze abschalten und 13 Minuten ziehen lassen.
8. Den Schinken zu den krossen Brühwürfeln geben, die Eier schälen und hacken und zusammen mit den Kräutern, Salz und Pfeffer abschmecken und gut mischen.
9. Den fertig gekochten Spargel auf eine hitzefeste Platte oder eine Auflaufform geben und mit der Eier-Croutons-Kräuter-Masse bedecken, sodass die Köpfe frei bleiben. Den Spargelsud dabei nicht wegleeren, im nächsten Rezept machen wir daraus eine leckere Suppe!
10. Den Ofen auf 220 °C heizen
11. Kalte Butterscheiben über die Brotwürfel verteilen und noch mal ca. 3 – 5 Minuten im Ofen backen, so wird alles noch mal richtig heiß und knusprig. Voilà!

Verarbeitungstipp

Wenn Du den Spargel nicht direkt nach dem Kochen verarbeitest, kühle ihn in etwas vom Sud ab und leere den überschüssigen Sud vor dem Weiterverarbeiten in ein separates Gefäß. Der Spargel trocknet sonst schnell ab, wenn er ausdampft.

Nachdem Du die den Spargel mit der Garnitur bedeckt hast, kannst Du gut einen Unterbruch machen (z. B. Gästeempfang) und den Spargel dann nachher einfach im Ofen etwas länger backen. Lass dazu einfach ein wenig Flüssigkeit am Spargel, dann bleibt es schön saftig.

Hebe den Sud und die Abschnitte auf, daraus machen wir im nächsten Rezept eine Suppe.

Wie kannst Du das Rezept variieren?

Das Rezept ist im Original vegetarisch und funktioniert auch gut ohne Fleisch. Mit der Auswahl der Kräuter oder des Brots kannst Du schnell einen anderen Geschmack erreichen.

Viel Spaß beim Nachkochen und schreib mir doch, wie es Dir geschmeckt hat.

Liebe Grüße

Felix