



Gittruper Str 43, 48157Münster
Tel 0251/329820 · Fax 0251/326871
Internet: www.luetke-laxen.de
E-Mail: hof@luetke-laxen.de
Täglich von 8 – 20 Uhr geöffnet

Spargelrezepte für Stückchen und Suppenspargel

Spargelcremesuppe

Zutaten (4 Pers.): ca. 350 g Spargel (Stückchen oder Suppenspargel), 3/4 l Spargelwasser, 2 EL Mehl, 1 Brühwürfel, 1/8 l süße Sahne, 1-2 Eigelb, 1 Prise Muskat, Zitronensaft oder 3 EL Weißwein, 1 Prise Zucker

Den Spargel schälen und in Stückchen schneiden in 3/4 l Wasser zum Kochen bringen. Brühwürfel zugeben. Wenn der Spargel gar ist, das Mehl anrühren und zugeben. Süße Sahne und Eigelb unter die vom Herd genommene Suppe quirlen und mit Gewürzen abschmecken. Mit Kerbel oder Petersilie lässt sich die Suppe noch verfeinern. Mit klein geschnittenen, gekochten Schinken oder auch mit Lachs kann man die Suppe vervollständigen.

Spargelsalat

Zutaten (4 Pers.): ca. 500 g Spargel (Stückchen, weiß und grün), 500 g Erdbeeren, 1 Kopf Salat, 1 Zitrone, 175 g Sahne Dickmilch, 100 g Kefir, Petersilie, Pfeffer, Salz, Zucker

Den Spargel schälen und die Stücke garen (weißen Spargel etwas länger als grünen Spargel garen). Erdbeeren entkernen und halbieren. Kopfsalat zerpflücken und waschen. Den abgekühlten Spargel, die Erdbeerstückchen und den Salat mischen und auf die Teller verteilen. Für das Dressing Zitronensaft, Dickmilch und Kefir miteinander verrühren, die klein gehackte Petersilie unterrühren und mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Das Dressing über die Salatportionen verteilen und sofort servieren.

Spargelpizza

Zutaten (4 Pers.): Boden: 300 g Mehl, 150 g Quark, 6 EL Milch, 6 EL Öl, 1 Päckchen Backpulver, 1 Prise Salz, Zutaten vermischen und auf einem Backblech ausrollen
Belag: ca. 1kg Spargel (Stückchen oder Suppenspargel), gekochter Schinken (Stückchen), ca. 250 ml Sauce Hollandaise, heller Soßenbinder, gekörnte Brühe, Pfeffer, Salz

Die gekochten Spargelstückchen und den Schinken auf den ausgerollten Teig verteilen. Sauce Hollandaise mit ca. 1/2 - 1 EL hellem Soßenbinder und 1 TL gekörnte Brühe vermischen, würzen und über die Pizza verteilen. Bei 180°C ca. 20 - 30 min backen.

Spargelauflauf

Zutaten (4 Pers.): ca. 600 g Spargel (Stückchen, weiß oder grün), 400 g Brokkoli, Bandnudeln, gekochter Schinken, 150 g Kräuter-Frischkäse, 400 ml süße Sahne, 1 Bund Schnittlauch, 100 g geriebener Käse, 3 Eigelb, Salz, Pfeffer

Den geschälten Spargel, Brokkoli und Nudeln getrennt kochen und in eine Auflaufform schichten. Den gekochten Schinken darüber verteilen. Frischkäse mit Sahne und feingeschnittenem Schnittlauch, geriebenem Käse und Eigelb gut verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Masse über den Auflauf verteilen und bei 180°C ca. 30 min überbacken.