







# Grüner & weißer Spargel

Rezepte und Fotos: Karl Newedel



# Inhalt

Suppen 10

**Salate 16**

**Aus dem Ofen 22**

Für Party und Buffet 34

**Mit Fleisch & Geflügel 44**

Mit Fisch & Meeresfrüchten 56

**Vegetarisch und als Beilage 64**

# A



## »Frühlingsluft in Stangen«

Auf kein Gemüse freut man sich so sehr, wie auf den ersten Spargel. Und die **edlen Stangen** lassen im Frühling nicht lange auf sich warten. Die Erntezeit beginnt Mitte April, wenn die Natur aus dem Winterschlaf erwacht. Spargel **verwöhnt unseren Gaumen** bis zum 24. Juni, dem Johannitag, kurz nach der Sommer Sonnenwende. Danach ist die deutsche Spargelsaison beendet, damit der Wurzelstock bis zum ersten Frost Kraft für die Ernte im neuen Jahr sammeln kann.

In Mitteleuropa kommt am häufigsten der weiße Spargel auf die Teller. **Weißer Spargel** darf kein Licht bekommen. Er wird gestochen, solange er noch unter der Erde ist. Denn sobald der Spargel den schützenden Erdwall durchbricht, färbt das Licht ihn erst violett und dann grün. **Grüner Spargel ist aromatischer** und macht weniger Arbeit, da man ihn nicht schälen muss.

Doch egal ob grün, violett oder weiß, frisch gestochen ist das **königliche Gemüse** einfach unschlagbar. Kaufen Sie Spargelstangen mit gleichmäßiger Dicke, nicht zu dünn und nicht zu dick. Der beste Begleiter für viele Spargelgerichte ist ein schönes Glas Wein, am besten leicht und fein aromatisch.

Spargel lässt sich so vielfältig kombinieren und zubereiten, dass Sie ihn immer neu erleben können. Egal ob als feine Suppe, in bunten Salaten, als Hauptsache begleitet von Fisch oder Fleisch, als knusprig frittierte Fingerfood-Stangerl oder im Ofen überbacken in zarter Pfannkuchenhülle. Lassen Sie sich verführen von der **bunten Vielfalt** dieser neuen Rezeptideen – und finden Sie Ihr ganz persönliches Lieblingsgericht.

Asparagus



gel



Frühling auf dem Teller

rank & schlank

Aromawunder

**vielseitiges Stangenglück**

pro Mund ein Pfund

**königlich**



»Nehmen Sie hier möglichst die echte **Worcestershiresauce**, ihr **Geschmack** konnte nie kopiert werden.«

- \* 500 g weißer Spargel
- \* 200 g grüner Spargel
- \* 1 Glas Geflügelfond (400 ml)
- \* 2 Bio-Zitronenscheiben
- \* 150 g Crème fraîche
- \* 4 Eigelbe
- \* Salz
- \* Cayennepfeffer
- \* frisch geriebene Muskatnuss
- \* Zucker
- \* Worcestershiresauce

# Feine Spargelcremesuppe

🕒 40 Minuten \* 4 Portionen

- 1 Den weißen Spargel schälen, Enden knapp abschneiden. Den grünen Spargel waschen und die holzigen Enden abschneiden. Die weißen Spargelschalen aufheben.
- 2 In einem großen Topf 800 ml leicht gesalzenes Wasser, Gemüsefond und Zitronenscheiben aufkochen. Weiße und grüne Spargelstangen darin ca. 10 Minuten bissfest garen. Herausheben, kalt abschrecken und abtropfen lassen.
- 3 Die Spargelschalen in den heißen Sud geben und nahe am Siedepunkt 5–10 Minuten darin ziehen lassen. Dann den Sud durch ein feines Sieb abseihen.
- 4 Die weißen Spargelspitzen (4 cm) abschneiden und beiseite legen. Den Rest in kleine Stücke schneiden, mit dem Spargelsud in einen kleinen Topf geben und in 10–15 Minuten sehr weich kochen, dann mit dem Stabmixer fein pürieren.
- 5 Crème fraîche mit den Eigelben verrühren. Einen Schöpflöffel Spargelsuppe mit dem Schneebesen darunterschlagen, dann unter die übrige Suppe rühren. Die Suppe wieder erhitzen, aber nicht mehr kochen lassen, da sonst das Eigelb gerinnt. Die Suppe mit Salz, Cayennepfeffer, etwas Muskatnuss, 1 Prise Zucker und 1 Spritzer Worcestershiresauce abschmecken.
- 6 Den grünen Spargel in 4 cm lange Stücke schneiden und mit den weißen Spargelspitzen in der Suppe erwärmen. Dazu passt getoastetes Baguette.



- \* 400 g Kartoffeln
- \* 400 g weißer Spargel
- \* 250 g Möhren
- \* 250 g Blumenkohl
- \* 250 g Brokkoli
- \* 150 g Zuckerschoten
- \* Salz
- \* 1 l Gemüsebrühe
- \* 100 g TK-Erbsen
- \* 1 TL Speisestärke
- \* 200 ml Weißwein
- \* 4 Eigelbe
- \* 150 g Crème fraîche
- \* Pfeffer aus der Mühle
- \* frisch geriebene Muskatnuss
- \* 2 EL Butter



# Bunter Gemüsetopf

🕒 40 Minuten \* 4 bis 6 Portionen

- 1 Die Kartoffeln schälen und vierteln. Den Spargel schälen, holzige Enden abschneiden und die Stangen in ca. 5 cm lange Stücke schneiden. Die Möhren putzen und längs halbieren, dann quer in Scheiben schneiden. Blumenkohl und Brokkoli in Röschen teilen, die Zuckerschoten putzen.
- 2 Die Kartoffeln in kochendem Salzwasser ca. 15–20 Minuten garen. Die Brühe in einem Topf erhitzen und den Spargel darin in ca. 10–15 Minuten bissfest garen. Herausnehmen, abtropfen lassen. Dann Blumenkohl- und Brokkoliröschen, Möhren, Zuckerschoten und Erbsen in der heißen Spargelbrühe ca. 10 Minuten garen. Das Gemüse mit einem Schaumlöffel aus der Brühe heben, abtropfen lassen. Die Gemüsebrühe auf dem Herd lassen.
- 3 Die Speisestärke mit dem Weißwein glatt verrühren, unter Rühren zur heißen Gemüsebrühe geben. Aufkochen lassen, dann den Topf vom Herd nehmen. Eigelbe und Crème fraîche verrühren und die heiße, aber nicht mehr kochende Gemüsebrühe damit binden.
- 4 Die Kartoffeln und das gegarte Gemüse hinzugeben. Mit Salz, Pfeffer und etwas Muskatnuss würzen. Die Butter in Flöckchen unterrühren.

## Tipp

\*\*\*\*\*

*Eine vegetarische Hauptmahlzeit oder als Beilage zu gebratenem Geflügel. Sie können das Gericht auch mit ein wenig Kerbel, Estragon, Schnittlauch oder Petersilie verfeinern.*

\*\*\*\*\*



- \* 20 Flusskrebse (beim Fischhändler vorbestellen)
- \* 250 g weißer Spargel
- \* Salz, Zucker
- \* 2 Scheiben Bio-Zitrone
- \* 1 Zwiebel
- \* 1 Bund Suppengrün
- \* 3 EL Öl
- \* 1 TL Mehl
- \* 3 TL Tomatenmark
- \* 150 ml Weißwein
- \* 60 ml Noilly Prat
- \* 1 l Gemüsebrühe
- \* 1 Prise Kümmelsamen
- \* 6 Wacholderbeeren
- \* 10 Pfefferkörner
- \* ½ Bund Dill
- \* 1 Lorbeerblatt
- \* 100 ml Sahne
- \* 1 EL Butter
- \* schwarzer Pfeffer aus der Mühle

# Krebssüppchen

🕒 2,5 Stunden \* 4 Portionen

- 1 Den Backofen auf 160 °C (Umluft 140 °C) vorheizen. Die Krebse 3 Minuten in kochendem Wasser garen. Kalt abschrecken, abtropfen lassen. Krebschwänze und Scheren vom Körper trennen. Die Schwänze schälen und den Darm entfernen. Die Scheren knacken und das Fleisch herauslösen. Das ausgelöste Krebsfleisch kalt stellen. Die Karkassen waschen und abtropfen lassen. Auf einem Backblech im heißen Ofen (Mitte) ca. 20 Minuten trocknen lassen, dann zerkleinern.
- 2 Spargel schälen und holzige Enden abschneiden (Schalen und Endstücke aufheben), in 4 cm große Stücke schneiden und in leicht gesalzenem Wasser mit 1 Prise Zucker und Zitronenscheiben 10–15 Minuten bissfest garen. Abtropfen lassen, den Spargelsud aufheben.
- 3 Zwiebel und Suppengrün fein würfeln. Das Öl erhitzen, die Zwiebelwürfel darin glasig andünsten. Suppengrün und die zerkleinerten Karkassen zugeben, bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten mitbraten. Mehl und Tomatenmark kurz mitbraten. Mit Weißwein und Noilly Prat sämig einkochen lassen. Brühe zugießen und knapp unter dem Siedepunkt ca. 30 Minuten ziehen lassen.
- 4 Die Gewürze im Mörser grob zerstoßen und mit Dill, Lorbeer, Spargelsud, -schalen und -endstücken zum Fond geben, 5 Minuten ziehen lassen. Den Fond durch ein feines Sieb abgießen, Sahne und Butter einrühren. Spargelstücke und Krebsfleisch darin erwärmen, salzen und pfeffern.

»Noilly Prat, ein **französischer Wermut**,  
ist **einzigartig** im Geschmack.  
Deshalb sollte er eher weggelassen  
als ersetzt werden.«





- \* 400 g weißer Spargel
- \* 400 g grüner Spargel
- \* 2 Tomaten
- \* 4 Eier
- \* 200 g gemischte Salatblätter  
(z. B. Eichblatt-, Feldsalat)
- \* 2 Frühlingszwiebeln
- \* 8 EL weißer Aceto balsamico
- \* 1 EL mittelscharfer Senf
- \* Salz, Pfeffer aus der Mühle
- \* 1 TL Zucker
- \* 250 ml Olivenöl

# W Weiß-rot-grüner Spargelsalat

🕒 40 Minuten \* 4 Portionen

- 1 Den weißen Spargel schälen und die Enden knapp abschneiden. Den grünen Spargel waschen und die holzigen Enden abschneiden. Die Spargelstangen in leicht gesalzenem Wasser ca. 10–15 Minuten bissfest garen. Herausheben, kalt abschrecken und schräg in ca. 5 cm lange Stücke schneiden.
- 2 Die Tomaten kreuzweise einritzen und mit kochendem Wasser überbrühen. Nach 1–2 Minuten kalt abschrecken und häuten. Dann vierteln, Stielansätze und Kerne entfernen, Fruchtfleisch grob würfeln.
- 3 Die Eier ca. 10 Minuten hart kochen. Kalt abschrecken, pellen und klein würfeln. Die Salatblätter waschen, trocken schleudern und in mundgerechte Stücke zupfen. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in feine Ringe schneiden.
- 4 Für die Vinaigrette Essig und Senf verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Das Öl langsam mit einem Schneebesen darunterschlagen, so dass eine sämige Sauce entsteht. Alle Salatzutaten in eine große Schüssel geben und vorsichtig mischen, mit der Vinaigrette beträufeln und servieren.

## Tipp

\*\*\*\*\*

*Geben Sie die Sauce erst kurz vor dem Servieren zum Salat.*

\*\*\*\*\*





- \* 800 g vorwiegend fest kochende Kartoffeln
- \* 1 TL Kümmelsamen
- \* Salz
- \* 500 g weißer Spargel
- \* 1 Zwiebel
- \* 300 ml Geflügelbrühe
- \* 4–5 EL Weißweinessig
- \* 1 EL scharfer Senf
- \* Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- \* 1 Prise Zucker
- \* frisch geriebene Muskatnuss
- \* 1 Bund Radieschen
- \* 1 Bund Schnittlauch
- \* 5 EL neutrales Öl (z. B. Rapsöl)



# Kartoffel-Spargelsalat

🕒 35 Minuten \* 5 Portionen

- 1 Die Kartoffeln waschen und abbürsten. Mit Kümmel in kochendem Salzwasser ca. 20 Minuten garen. Abgießen und kurz ausdämpfen lassen. Dann pellen und in ½ cm dicke Scheiben schneiden.
- 2 Den Spargel schälen, Enden abschneiden und die Stangen in leicht gesalzenem Wasser 10–15 Minuten bissfest garen. Herausnehmen, abtropfen lassen und schräg in dünne Scheiben schneiden. Die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Alles in eine große Schüssel geben.
- 3 Die Brühe in einem kleinen Topf erhitzen. Essig und Senf zugeben. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und Muskatnuss würzen. Die Brühe noch heiß unter den Salat mischen.
- 4 Die Radieschen waschen, putzen und in dünne Scheiben schneiden. Schnittlauch abspülen, trocken tupfen und in feine Röllchen schneiden, mit Radieschenscheiben zum Salat geben. Öl darüberträufeln und vorsichtig durchmischen, nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

»Mit **neuen Kartoffeln** zubereitet  
ist dieser Salat einfach **unschlagbar!**«

- \* 1 kleine Dose Kidneybohnen (285 g Abtropfgewicht)
- \* 1 kleine Dose Maiskörner (285 g Abtropfgewicht)
- \* 2 kleine Dosen Thunfischfilet ohne Öl (à 185 g Abtropfgewicht )
- \* 4 Frühlingszwiebeln
- \* 1 Bund Schnittlauch
- \* 500 g weißer Spargel
- \* Salz
- \* 8 EL Weißweinessig
- \* 4 EL süße Chilisauce
- \* 250 ml Olivenöl



# Thunfisch-Spargelsalat

🕒 25 Minuten \* 6 Portionen

- 1 Kidneybohnen und Maiskörner abgießen, kalt abrausen und gut abtropfen lassen. Den Thunfisch ebenfalls abtropfen lassen und mit einer Gabel etwas zerteilen. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und schräg in dünne Ringe schneiden. Schnittlauch abspülen, trocken tupfen und in Röllchen schneiden.
- 2 Den Spargel schälen, holzige Enden abschneiden und in leicht gesalzenem Wasser ca. 10 Minuten bissfest garen. Herausnehmen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Dann in 3 cm lange Stücke schneiden.
- 3 Für die Salatsauce Essig, Chilisauce und 1 TL Salz verrühren. Das Öl mit einem Schneebesen nach und nach darunterschlagen, so dass eine sämige Sauce entsteht. In einer großen Schüssel Spargel, Maiskörner, Kidneybohnen und Thunfisch mit der Salatsauce vermengen. Den Salat mit frischem Weißbrot servieren.

## Tipp

\*\*\*\*\*  
*Ausnahmsweise ein Rezept mit Dosenware. Ich habe meist Dosenmais, Kidneybohnen und Thunfisch auf Vorrat im Hause, weil daraus auf die Schnelle ein feiner Salat für unerwartete Gäste gezaubert ist.*  
 \*\*\*\*\*



- \* 6 Stangen weißer Spargel
- \* 6 Stangen grüner Spargel
- \* 8 Eier
- \* 100 g Sahne
- \* frisch geriebene Muskatnuss
- \* Salz, Pfeffer
- \* 100 g geriebener Emmentaler
- \* 1 Zwiebel
- \* 150 g Frühstücksspeck (Bacon), in Scheiben
- \* 2 EL Pflanzenöl

#### Außerdem

- \* 1 feuerfeste Pfanne oder Form
- \* Butter zum Fetten

# Spargeltortilla

🕒 1 Stunde \* 4 Portionen

- 1 Den Backofen auf 180 °C (Umluft 160 °C) vorheizen. Die Pfanne oder Form fetten. Den weißen Spargel schälen und die Enden knapp abschneiden. Den grünen Spargel waschen und die holzigen Enden abschneiden. Die Spargelstangen quer halbieren und in der Form verteilen. Im vorgeheizten Backofen (Mitte) ca. 15 Minuten garen.
- 2 Inzwischen die Eier mit der Sahne gut verquirlen. Mit Muskatnuss, Pfeffer und Salz würzen. Käse unterrühren.
- 3 Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Den Speck in dünne Streifen schneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, Speck und Zwiebel darin anbraten. Vom Herd nehmen, etwas abkühlen lassen dann zur Eiermasse geben. Die Masse über den Spargel in die Form gießen und weitere 20–25 Minuten im Ofen goldbraun backen.

Variante Sie können auch gekochte Kartoffel in Scheiben schneiden und zugeben und mit verschiedenen gehackten Kräutern noch mehr Würze einbringen.



»Ein **perfektes Abendessen:**  
leicht, aber pikant.«

### Pfannkuchen

- \* 100 g Mehl
- \* 400 ml Milch
- \* 4 Eier
- \* Salz
- \* Zucker

### Füllung

- \* 800 g Spargel
- \* 150 g Crème double

- \* 2 Eier
- \* schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- \* frisch geriebene Muskatnuss
- \* 50 g frisch geriebener Parmesan
- \* 400 g frischer Blattspinat
- \* 3 EL Butter

### Außerdem

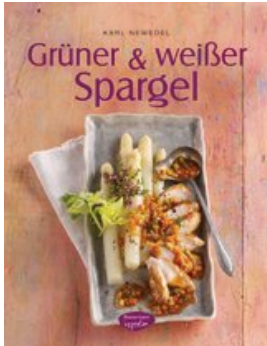
- \* 1 feuerfeste Form
- \* Butter für die Form



# gefüllter Pfannkuchen

🕒 1 Stunde \* 4 bis 6 Portionen

- 1 Mehl in eine Schüssel sieben. Milch und Eier mit dem Schneebesen langsam unterrühren. Mit Salz und Zucker würzen. Den Teig 30 Minuten ruhen lassen.
- 2 Den Spargel schälen und holzige Enden abschneiden (Schalen und Endstücke aufheben), in leicht gesalzenem Wasser 10–15 Minuten bissfest garen, abtropfen lassen. Spargelschalen und Endstücke im Spargelsud kurz aufkochen. Vom Spargelsud 350 ml durch ein feines Sieb abgießen.
- 3 Crème double mit den Eiern verrühren, zum Spargelsud geben. Salz, Pfeffer, Muskat und Parmesan unterrühren.
- 4 Spinat waschen und verlesen, von harten Stielen befreien. In kochendem Salzwasser 1–2 Minuten blanchieren. Abgießen, kalt abschrecken und ausdrücken. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.
- 5 Den Backofen auf 200 °C (Umluft 180 °C) vorheizen. Die Form fetten. Die Butter in einem kleinen Topf schmelzen. Etwa 1–2 EL unter den Pfannkuchenteig rühren.
- 6 Eine beschichtete Pfanne erhitzen und mit etwas flüssiger Butter ausstreichen. Einen Schöpflöffel Pfannkuchenteig hineingeben, durch Schwenken gleichmäßig verteilen und bei mittlerer Hitze auf jeder Seite ca. 3 Minuten goldbraun backen, warm stellen. Mit dem restlichen Teig ebenso verfahren. Die Pfannkuchen mit Spargel und Spinat füllen, aufrollen, nebeneinander in die Form legen. Die Sauce darübergießen und ca. 10 Minuten goldbraun überbacken.



Karl Newedel

## **Grüner & weißer Spargel**

Gebundenes Buch, Pappband, 80 Seiten, 19,0 x 24,0 cm

ISBN: 978-3-572-08040-3

Bassermann Inspiration

Erscheinungstermin: März 2012

Verlockend neue und klassische Rezepte für das edle Frühlingsgemüse

Für diese Stangen wird geschwärmt! Was sich in Namen wie "königliches Gemüse", "Frühlingsluft in Stangen" und "essbares Elfenbein" ausdrückt, ist die große Liebe zu diesem feinen Gemüse. Karl Newedel, Profikoch, Foodfotograf und begeisterter Spargelesser, hat die verlockenden Rezepte für dieses Gemüse entwickelt. Seine Kompositionen, zum Beispiel die pikanten Spargelknödel und das feurig-zarte Spargelcurry, sind purer Genuss.