Spargelgemüse mit Frikadellen und Bubespitzle

27. Juni 2010 | Autor Leroy

Zum Abschluss der Spargelsaison noch ein Spargelrezept. In meiner Region können Sie frischen Spargel bei den Bauern direkt kaufen, das ist absolut empfehlenswert. Versuchen Sie, auch wenn es weiter weg ist, den Original Schwetzinger Spargel oder auch Schwetzinger Meisterschuss genannt (das ist eine Sorte, die nicht nur in Schwetzingen, sondern auch im weiteren Umkreis angebaut wird) zu bekommen. Spargel wollte ich auch irgendwann einmal in einem Special verarbeiten, vermutlich aber erst in der nächsten Saison 2011, daher beschränke ich mich auf das Rezept und erzähle nicht allzu viel über den Spargel und weitere Hintergründe.

Zutaten 3 Personen:

- 500-600 g Schwetzinger Spargel, 2.-3. Wahl (die 1. Wahl ist für Gemüse nicht notwendig), geschält (d.h. Rohgewicht entsprechend höher)
- Butter
- Salz, Pfeffer
- 1 Zitrone
- Frisch geriebener Muskat
- Instant-Gemüsebrühe
- 150 g Sahne oder Crème Fraîche (meine Wahl ist letzteres)
- 500 g Bubespitzle aus dem Convenience-Regal (oder gerne auch selbstgemacht, wenn Sie dies können/ möchten)

Für die Frikadellen mal eine etwas sommerlichere, frischere Mischung als beim letzten Frikadellenrezept (vgl. dieses Rezept):

- 500 g Rinderhack
- 3-4 Lauchzwiebeln, fein gehackt
- 1 TL frisch gemahlener Pfeffer
- 1 TL Salz
- 2 EL Paprikapulver
- 1 EL Dijonsenf
- 3-4 TL frisch gehackte Petersilie
- 1 Ei

- 3-4 EL Semmelbrösel
- 1-2 EL Olivenöl zum Braten

Zubereitung:

- Beginnen Sie mit den Frikadellen, dann kann die Masse vor dem Braten schön durchziehen
- Mischen Sie alle Zutaten mit dem Hackfleisch in einer Schüssel
- Wie immer bei Hackfleischmischungen: ein kleines Stück in der Pfanne anbraten und probieren, erforderlichenfalls die Masse nachwürzen und wiederholen, bis das Ergebnis stimmt

- Lassen Sie die Mischung für 30 min. abgedeckt im Kühlschrank ruhen

- Nun widmen Sie sich dem Spargel (Aufbewahrungstipp: nach dem Kauf in ein feuchtes Tuch einschlagen und dann in Zeitungspapier gewickelt im Kühlschrank aufheben, das gibt Ihnen 1-2 Tage zusätzlich)
- Schälen Sie die Spargel mit einem Schälmesser, bzw. kaufen Sie die Spargel geschält vom Bauern (kostet etwas mehr, klappt nicht immer optimal)

Man tendiert aus Geizgründen gerne dazu, so wenig wie möglich von dem teuren Zeug wegzuschälen. Tun Sie das nicht, denn die äußere Schale bleibt auch nach dem Kochen hartholzig und Sie versauen sich dann den ganzen Spaß.

- Wenn Sie den Spargel geschält haben, schneiden Sie die unteren Enden (ca. 1-2 cm) ab, die werden nicht verwendet

- Dann schneiden Sie den Spargel in 3 cm lange Stücke
- Lassen Sie die Stücke in eine Schüssel mit Wasser fallen, so bleiben sie frisch

- Wenn Sie beim Schneiden Fasern an der Außenhülle erkennen, muss nachgeschält werden. Hier waren Sie im vorherigen Schritt nicht gründlich genug.

- Setzen Sie das Spargelwasser an:
- Mittlerer Topf, halb voll mit Wasser (ca. 2-3 L), 1-2 TL Salz und Zucker in gleicher Menge hinzu geben sowie den Saft einer Zitrone und ein Stück Butter (20 g)

- Nun werden die Spargel für ca. 7-10 min. darin gekocht (Garprobe: Spargel probieren, muss sich weich beißen lassen)

- Gießen Sie die Spargel ab, aber fangen Sie den Sud auf
- Setzen Sie nun eine klassische Mehlschwitze an
- Dazu verwenden Sie immer das gleiche Gewicht an Butter und Mehl, z.B. jeweils 50 g

- Die Butter in einem Topf zerlassen und leicht schäumen lassen (kleine Flamme, geringe Hitze – wir wollen eine helle Mehlschwitze herstellen und die darf nicht zu sehr bräunen)

- Mehl mit der ganzen Menge auf einmal hinzugeben und mit einem Schneebesen unter die zerlassene Butter heben

- Gießen Sie nun etwas von dem Spargelsud dazu und kochen Sie das Ganze auf. Stellen Sie die Soße nicht zu wäßrig ein

Eine auf Mehlschwitze basierende Sauce sollte generell mindestens 5 min. köcheln, damit sich der Mehlgeschmack verflüchtigt

- Schmecken Sie dann die Sauce mit etwas Zitronensaft, Instantgemüsebrühe, Muskat, Pfeffer und Salz ab und rühren Sie die Crème Fraîche oder die Sahne ein

- Nun die Spargel dazu geben und warmhalten (nicht mehr aufkochen)
- Backen Sie nun die Frikadellen in Olivenöl aus und braten Sie die Bubespitzle in einer weiteren Pfanne mit etwas Butter goldbraun an

- Servieren Sie alles wie immer auf einem vorgeheizten Teller

- Guten Appetit wünscht Leroy und die beste Ehefrau von allen

Veröffentlicht in Fleisch | Schlagworte: Spargel