

Rezept

# Gedämpfter Spargel

Ein Rezept von Gedämpfter Spargel, am 28.06.2026

## Zutaten

<b>1,5 kg</b> weißer Spargel	<b>250 g</b> grüner Spargel
<b>1 Bund</b> Basilikum	<b>1 EL</b> Butter
<b>1 TL</b> Mehl (Type 1050)	<b>150 ml</b> Spargelbrühe
<b>1 Prise</b> Rohrzucker	Salz
weißer Pfeffer	<b>1 EL</b> Crème fraîche

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 100 kcal

## Zubereitung

1. Weißen Spargel waschen, schälen und die Enden abschneiden. Spargel über Dampf in 15-20 Min. garen. Grünen Spargel waschen, putzen und in ca. 3 cm lange Stücke schneiden. Basilikum waschen und trocken schütteln.
2. Butter zerlassen, grünen Spargel darin ca. 2 Min. andünsten. Mehl darüberstäuben und Spargelbrühe dazugießen. Mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen. Spargel zugedeckt in ca. 10 Min. weich garen. Basilikum mit Stielen zugeben und alles fein pürieren. Crème fraîche unterrühren. Creme salzen, pfeffern und mit weißem Spargel servieren. Dazu passen neue Kartoffeln.