

Rezept

Spargel im roten Mangoldblatt

Ein Rezept von Spargel im roten Mangoldblatt, am 03.08.2024

Zutaten

1 kg Spargel (Klasse II)	Salz
1 rote Mangoldstaude (700-800 g)	3 EL Sauerrahmbutter
1 Schalotte	2 Lorbeerblätter
schwarzer Pfeffer aus der Mühle	1/2 TL Zucker
1 Bund Kerbel	1/2 TL frischer Zitronensaft

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 120 kcal

Zubereitung

1. Den Spargel waschen, schälen und die Enden um ½ cm kürzen. Schalen in einen Topf mit ca. 150 ml Wasser geben, salzen und aufkochen. 5 Min. garen, den Fond durch ein Sieb gießen und anschließend beiseitestellen.

2. Den Mangold waschen, trocken schütteln und den Strunk entfernen. Stiele aus den Blättern schneiden und beiseitestellen. In einem großen Topf Salzwasser aufkochen, die Blätter kurz einlegen, kalt abschrecken und abtropfen lassen.

3. Pro Portion 2-3 Mangold-Blätter so ausbreiten, dass sie einander überlappen. 4-5 Spargelstangen quer darauflegen, sodass die Spitzen die rechte Mangoldblattseite deutlich überragen. Das linke Mangoldblatt nun über die Spargelenden klappen, dann den Spargel von unten her fest einrollen. Die Mangoldstiele quer in 2 cm breite Stücke schneiden.

4. In einer großen, tiefen Pfanne 2 EL Butter schmelzen. Schalotte schälen, fein würfeln und darin glasig dünsten. Die Mangoldstiele dazugeben und ca. 150 ml Spargelfond angießen. Die Lorbeerblätter dazugeben und mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Aufkochen, die Spargelpäckchen einlegen und abgedeckt bei mittlerer Hitze in ca. 4-5 Min. bissfest garen. Herausnehmen und warm stellen. Den Sud sämig einkochen.

5. Den Kerbel waschen, trocken schütteln und abzupfen. 1 EL Butter in den Fond rühren, mit einem Spritzer Zitronensaft und Pfeffer abschmecken und die Hälfte des Kerbels einrühren. Je 1 Spargelpäckchen mit Mangoldstielen und Sud anrichten und etwas Kerbel bestreut servieren.