

Rezept

Spargelgratin mit Walnüssen

Ein Rezept von Spargelgratin mit Walnüssen, am 09.06.2026

Zutaten

Salz	1 kg	grüner Spargel
50 g italienischer Hartkäse (z. B. Montello)	50 g	Butter
Pfeffer	40 g	Walnusskerne
100 g getrocknete Tomaten in Öl (aus dem Glas)		

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 360 kcal, 33 g F, 10 g EW, 6 g KH

Zubereitung

1. In einem Topf reichlich Salzwasser zum Kochen bringen. Inzwischen den Spargel waschen und im unteren Drittel schälen, die Enden abschneiden. Die Stangen ins kochende Salzwasser geben, zugedeckt aufkochen und bei kleiner Hitze ca. 4 Min. ziehen lassen. Dann den Spargel vorsichtig mit einer Schaumkelle aus dem Topf heben, in einem Sieb kalt abschrecken und sehr gut abtropfen lassen.
2. Den Backofen auf 220° vorheizen. Den Käse reiben. Die Butter in einem kleinen Topf zerlassen und kurz aufschäumen. Die Spargelstangen dicht nebeneinander auf ein Backblech oder in eine Auflaufform legen und die Butter darübergeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Käse bestreuen. Den Spargel im Ofen (Mitte) 12-15 Min. überbacken.
3. Inzwischen die Walnüsse hacken und in einer Pfanne ohne Fett anrösten, bis sie zu duften beginnen. Die Nüsse auf einem Teller abkühlen lassen. Die Tomaten abtropfen lassen und in kleine Würfel schneiden. Die Nüsse mit den Tomaten mischen und den gratinierten Spargel zum Servieren damit bestreuen. Dazu passt Baguette.