

KOCHSCHULE

# Himmlisch: Neue Ideen für den Spargel

Jetzt kommt die Spargelzeit in Fahrt: Das schöne Wetter der vergangenen Tage lässt die Preise für das Edelgemüse langsam purzeln – bislang war das königliche Gemüse wegen des kalten März unverhältnismäßig teuer. Hans Jörg Bachmeier, Küchenchef vom „Blauen Bock“ in München, zeigt unseren Lesern spannende Zubereitungsarten.

VON STEPHANIE EBNER

Die Spargelzeit wird jedes Jahr von vielen Fans sehnsüchtig erwartet. In diesen Tagen beginnt die Saison, die traditionell bis zum 24. Juni dauert.

Hans Jörg Bachmeier hält nichts von Importspargel, den es das ganze Jahr über zu kaufen gibt. Oder von Spargel, der beheizt und unter Folien wachsen muss. „Der schmeckt doch eh nur chemisch überhitzt.“ Am besten sei der traditionell angebaute Spargel aus der Region – „es gibt nichts Besseres“, so Bachmeiers Plädoyer, Gemüse wirklich nur dann zu essen, wenn es Saison hat. Insbesondere den Spargel.

„Für mich ist Frühling, wenn die Spargelsaison startet“, sagt Bachmeier und freut sich auf die verschiedenen Gerichte mit dem Stangengemüse. Spargel ist eines der Gemüse, die sich mit am besten kombinieren lassen. Auch die Zubereitungsarten sind vielfältig: Spargel kann man kochen, dämpfen, braten oder auch roh essen.

Klassisch kommt er mit Kartoffeln, Schinken und einer Sauce hollandaise auf den Tisch. „Sehr fein“, sagt der Küchenchef, aber für die Kochschule hat sich Hans Jörg Bachmeier mehrere Spargelvarianten ausgedacht: Mit Morcheln ist der Spargel besonders edel, die Version mit der sizilianischen Zitronenzitrone Cedro ist „absolut ungewöhnlich, aber irrsinnig gut“, sagt Janine Groß. Zu guter Letzt finden auch die Spargelenden Verwendung – als Spargelsuppe. Denn eines macht Bachmeier nie: „Spargelschalen auskochen. Die machen das Gericht nur bitter.“ Übrigens: grünen Spargel schält man nur im unteren Drittel.

Allein das Kochen ist eine kleine Wissenschaft für sich: „Spargel braucht Platz beim Kochen“, sagt der Küchenchef. Wer es sich später beim Portionieren einfach machen will, bindet den Spargel zum Kochen mit einem Küchegarn zusammen – „das ist uralte Schule, hat sich aber bewährt, dann muss man die Stangen später nicht abzählen“. Stangenspargel immer mit der Greifzange aus dem Sud holen, sagt Bachmeier außerdem. „Niemals mit den Fingern – sonst kippt der Sud schnell um.“

Auch wichtig: Das Wasser soll nach etwas schmecken. Isabella Schuppke, Janine Groß und Fritz Gentzsch sind überrascht, wie kräftig der Profi das Wasser mit Salz, Zucker und Zitrone würzt.

Wenn man Spargel mit der marinierten Cedra serviert, kann man sicher sein, dass man so manchen Feinschmecker beeindruckt: „Simpel, aber sehr gut“, lautet das Urteil der Kochschüler. Wer will, kann die marinierte Cedro-Zucchini-Mischung auch als Topping in die Spargelsuppe geben.

Die Mayonnaise ist wahrlich keine große Kunst – „ich wusste gar nicht, dass man die so einfach machen kann“, sagt



Ein Gemüse, vier Gerichte: Diesmal zeigt Hans Jörg Bachmeier, was man aus Spargel alles machen kann. Der weiße Spargel wird rundherum sorgfältig geschält, dann werden die Enden abgebrochen. Wichtig: Das Kochwasser kräftig abschmecken. Eine Entdeckung: Die Cedro-Zitrone schmeckt besonders gut zum Spargel. FOTOS: OLIVER BODMER



## So schmeckt Spargel besonders gut

### Grundwissen Spargel:

■ **Klassisch werden 7 Stangen Spargel pro Person serviert. Andere rechnen mit 500 g Spargel pro Portion (als Hauptgericht).**

■ **Spargelkochen: In einem großen breiten Topf Wasser zum Kochen bringen. Das Wasser mit Salz, Zucker und Zitronensaft kräftig (!) abschmecken.**

■ **Spargel schälen und die Enden abbrechen. Den Spargel in das kochende Wasser legen und einmal kräftig aufkochen lassen. Die Temperatur zurückdrehen und den Spargel ca. 20 – 25 Minuten ziehen lassen.**

■ **Frischetest: Frischer Spargel quietscht, wenn man zwei Stangen aneinanderreibt. Nur dann hat er noch genügend Feuchtigkeit in seinem Innern.**

■ **Gekochten Spargel hebt man am besten im Sud auf.**

### Spargelsuppe

Abgebrochene Enden vom Spargel  
1 EL Butter  
1 Schalotte  
1 angeknackste Knoblauchzehe  
0,2 l Spargelfond  
0,1 l Sahne  
Zitronensaft  
Gewürze: Salz, Cayennepfeffer



**Klassisch:** Aus den Enden wird eine Suppe gekocht.

### Zubereitung:

**1.** Butter aufschäumen lassen und den Spargel mit der Schalotte und dem Knoblauch anbraten.

**2.** Mit dem Spargelfond ablöschen und

die Sahne dazugeben. Spargel weich kochen, fein mixen.



**Wer wagt, gewinnt** (an Geschmack): Spargel mit Cedra.

½ Cedra mittlere Größe (Zitronenzitrone aus Sizilien)  
½ Zucchini  
1 EL Reissessig  
Meersalz  
Olivenöl

### für die Spargelmayonnaise

1 Eigelb, 1 Ei, 1 EL Senf, 200 ml Pflanzenöl, Salz, Cayennepfeffer, 2 EL abgekühlten Spargelsud

**zur Dekoration:** Schnittkresse

### Zubereitung:

**1.** Die Cedra in feine Scheiben schneiden und mit Meersalz würzen. Olivenöl darüber geben und mit etwas Reissessig marinieren. Die Zucchini in feine Streifen schneiden und zur Cedra geben.

**2.** Gekochten Spargel auf einem Teller anrichten, Cedra und Zucchini auf dem Spargel anrichten.

**3.** Für die Mayonnaise alle Zutaten in ein hohes Behältnis geben. Kurz stehen lassen,



**Wenig Aufwand:** Spargel in der Folie garen.

damit sich die Temperaturen angleichen können. Mit einem Stabmixer vorsichtig von unten nach oben ziehen, bis die Mayonnaise abgebunden hat. Den Spargelsud untermixen.

**4.** Mayonnaise über den Spargel geben und mit Schnittkresse garnieren.

### Spargel in der Folie

pro Person  
1 Bogen Alufolie  
6 Stangen grüner Spargel  
2 Radieserl  
½ Schalotte  
1 Blatt Bärlauch  
2 cl Sherry oder Apfelsaft (wer es ohne Alkohol möchte)  
Salz und Zucker  
30 g Butter  
2 EL Olivenöl  
1 Zitrone  
Parmesan zum Hobeln  
Kerbel als Garnitur  
bestes Olivenöl zum Beträufeln

### Zubereitung:

**1.** Backofen auf 180° C vorheizen.

**2.** Alufolie doppelt zu einem Rechteck formen. Grüner Spargel nur das untere Drittel schälen und auf die Folie legen. Die Ränder der Folie nach oben falten. Bärlauch waschen, klein schneiden und zu dem Spargel geben. Die Schalotte schälen, den Strunk abschneiden und halbieren. Die Schalotte in einzelne Schichten zerpfücken und zu dem Spargel geben. Die Radieserl waschen, halbieren und ebenfalls auf den



**Besonders edel:** Spargel mit frischen Morcheln.

Spargel legen. Butter, Olivenöl und Sherry oder Apfelsaft über den Spargel gießen und mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Die Alufolie zu einem Paket falten und fest verschließen.

**3.** Das Paket in den vorgeheizten Backofen geben und ca. 20 Minuten garen. **4.** Die Alufolie öffnen, etwas Zitronenschale darüber reiben und den Parmesan darüber hobeln.

**5.** Mit Kerbel als Garnitur und ein paar Tropfen Olivenöl servieren.

### Spargel mit Morcheln

Pro Person  
50 g Morcheln  
5 Stangen gekochter Spargel  
½ Schalotte, 1 Knoblauchzehe  
5 cl Sherry (beispielsweise Amontillado)  
0,1 l Spargelsud  
0,1 l Sahne  
50 g Butter  
Gewürze: Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer

### Zubereitung:

**1.** Butter in einer Stielkasserolle aufschäumen lassen. Schalotte in Streifen schneiden und mit der Knoblauchzehe anbraten. Die Morcheln dazugeben und leicht salzen. Mit Sherry ablöschen und einkochen lassen. Spargelsud dazugeben und die Morcheln weich kochen. Wenn die Flüssigkeit fast verkocht ist, mit Sahne angießen und weiter auf die Hälfte einkochen lassen.

**2.** Den Sud passieren, die Spargelstangen halbieren und in dem Morchelsud erwärmen. Die Morcheln dazugeben, aufkochen, mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken und in einem Teller anrichten. Mit Kerbel garnieren.

### Kochschule

„Mai – ist das gut“. Unter diesem Motto tischte Hans Jörg Bachmeier bei der nächsten Kochschule saisonale Frühlingsgerichte auf. Wer am Montag, 14. Mai, dabei sein möchte, bewirbt sich unter [Gastro@Merkur.de](mailto:Gastro@Merkur.de).

## NEU AUF DEM BUCHMARKT

### Big Mamma – Italienische Küche

Der Sommer wird bunt. Nicht nur, weil die Mode es für 2018 diktiert. Auch in der Küche sind Farben und Lebenslust angesagt mit „Big Mamma – italienische Küche con molto amore“. Darin werden 140 Familienrezepte verraten. Von Antipasti über Salate, Pizza und Pasta. Natürlich auch jede Menge Fleisch und Fisch. Die Dolci nicht zu vergessen, die zu jedem italienischem Mahl gehören. Ergänzt werden die köstlichen Rezepte durch Profi-Tipps und eine umfassende Warenküche. Da geht es beispielsweise um den berühmten „Balsamico-Essig“, mit dem hierzulande jeder Salat ertränkt wird. Gut zu wissen, dass man am besten den mit dem Zusatz „Tradizionale“ kauft. Denn ohne kann man nie wirklich wissen, was sich sonst noch alles in der Essigflasche befindet. So kocht man italienische Hausmannskost im 21. Jahrhundert. Ein fröhliches Buch, das den Hunger nach der nächsten Italienreise weckt. Doch bis dahin stillen wir die Lust auf „la dolce vita“ mit dieser modernen Rezeptsammlung. *se* **Big Mamma. Italienische Küche con molto amore.** Erschienen im Knesebeck Verlag. Gebunden. 480 Seiten mit farbigen Abbildungen. 35 Euro.



### Durstlöcher – erfrischend, zischend

Getränke selbst herstellen liegt voll im Trend. Mal wird Obst und Wasser für „Infused Water“ kombiniert, mal schmeckt eine selbst angesetzte sprudelnde Fassbrause. Nicht zu vergessen: süßer Eistee sowie erfrischende Limo. Fruchthige Smoothies und Rezepte mit Saft dürfen auf der Getränke-Karte ebenfalls nicht fehlen. Bei den Rezepten kommen ausschließlich frische Zutaten wie Obst, Kräuter, Gemüse und Superfoods zum Einsatz – Genuss mit einer Extra-Portion Power für den Körper. Wie schmeckt selbst der köstlichste Drink noch besser? Richtig, mit kleinen Knabereien. Der Autor liefert deshalb in „Durstlöcher – erfrischend zischend“ die passenden Snack-Rezepte gleich mit dazu. So wird die nächste Gartenparty zum vollen Erfolg! *se* **Durstlöcher. Erfrischend. Zischend.** Erschienen im EMF Verlag. 96 Seiten. 14,99 Euro.



Isabella Schuppke überrascht. Mit einem Lachen fügt die Münsingerin hinzu: „Meine Tochter wird es freuen.“

Luxuriös wird der Spargel mit Morcheln, die jetzt auch Saison haben. Weil die bayerischen Morcheln keinen Sand

haben, kann man diese einfach nur putzen. Waschen ist nicht notwendig. Die Stiele schneiden Bachmeier weg, wirft sie aber nicht weg: Diese werden mit Spargelfond und Sherry zwei Stunden ausgekocht. Das ergibt einen herrlichen Fond.

Alle vier Spargel-Gerichte, die Bachmeier an diesem Nachmittag kocht, sind „kein Hexenwerk“. Jedes für sich geht schnell – eins besser als das andere. Feinschmecker Fritz Gentzsch zieht für sich das Fazit: „Alles gewagte

Kombinationen, die mich aber absolut überzeugt haben. Auf dem Heimweg geht es über den Viktualienmarkt – auf der Suche nach einer reifen Cedra. Die Spargelzeit geht schließlich nicht unendlich.“