

Heiß ersehnt: Es ist wieder Spargelzeit

Gourmets können es kaum erwarten: Mit den ersten warmen Temperaturen kommt der heimische Spargel auf den Markt. Hans Jörg Bachmeier, Küchenchef vom „Blauen Bock“ in München, hat für die Leserkochschule diesmal einen Klassiker neu interpretiert.

VON STEPHANIE EBNER

Auch wenn es noch so verlockend erscheinen mag: „Spargel sollte man nie geschält kaufen.“ Denn bis er verzehrt wird, trockne er aus und man muss ihn eh nochmals schälen. „Also lieber gleich selbst schälen“, rät Hans Jörg Bachmeier. Er steht in seiner Küche am Viktualienmarkt und zeigt unseren Lesern, worauf es beim Schälen ankommt: Denn ein ordentlich geschälter Spargel sei „das A und O für ein gelungenes Spargel-Essen“. Bachmeiers Tipp: Man hält den Spargel am oberen Drittel und zieht mit dem Spargelschäler langsam von oben nach unten. Dabei gibt man Obacht, dass man keine Stelle übersieht. Zum Schluss wird der Spargel am unteren Ende abgebrochen – so geht man sicher, dass die Stange nicht holzig und bitter ist. Zu guter Letzt fährt man noch mit dem Finger zur Kontrolle über die Stange – „wenn es dabei bremst, heißt es nacharbeiten“.

Die Spargelenden wandern bei Bachmeier in den Kochtopf, anders aber die Schalen – der Sud für eine Spargelsuppe werde sonst zu bitter, sagt der Fachmann. Doch heute steht keine Suppe auf dem Speiseplan. Für die Kochschule hat der Küchenchef einen anderen Spargel-Klassiker neu interpretiert (siehe Rezept rechts).

Egal, wie der Spargel letztendlich serviert wird, „das Kochwasser muss nach etwas schmecken“. Beim Probieren sind die Leser erstaunt, dass der Profi das Spargelwasser so stark mit Zucker und Salz (Verhältnis 1:1) sowie Zitronen- und Orangensaft würzt. Bachmeier lässt den Spargel eine Minute lang aufkochen, dann stellt er den Topf beiseite, der Spargel zieht im Topf nach. Anders geht Bachmeier beim grünen Spargel vor: Dieser wird fast fertig gekocht und dann mit Eiswasser abgekühlt – so behält der Spargel seine grüne Farbe. Und dann nicht mehr im Wasser liegen lassen – sonst verwässert der grüne Spargel.

Ganz wichtig: „Niemand mit den bloßen Fingern ins Spargelwasser langen, sonst kippt der Sud.“

Man kann den Spargel aber auch roh marinieren – für einen Salat. Mit einem Sparschäler bekommt man gleichmäßige Scheiben, die in Limettensaft und Reissessig ziehen. Erst kurz vor dem Servieren gibt Bachmeier noch einen Schuss Olivenöl dazu – ein Gericht, das Beate Fischhaber, Kornelia Hacker und Erich Appler begeistert: „Das schmeckt nicht nur außergewöhnlich, das ist auch noch gesund.“

Zum Spargel schmeckt übrigens ein Frankenwein, beispielsweise vom „Weingut Schmitt's Kinder“, Silvaner trocken. Großes Gewächs. 2016.

Kochschule

Im Mai ist Muttertag. Hans Jörg Bachmeier zeigt unseren Lesern das nächste Mal, womit man Mütter kulinarisch glücklich machen kann. Die **Kochschule für den Muttertag findet am Montag, 6. Mai** statt. Wer dabei sein will, bewirbt sich unter Gastro@merkur.de.



Für viele ist die Spargelzeit der kulinarische Höhepunkt des Jahres: Bis 24. Juni gibt es die Stangen jetzt wieder. Hans Jörg Bachmeier hat für die Leserkochschule klassische Spargelgerichte neu interpretiert. Wichtig ist, dass das Stangengemüse ordentlich geschält wird. Er ist übrigens fertig, wenn die Stange noch Spannung hat, aber nicht bricht. FOTOS: OLIVER BODMER



Klassische Spargelgerichte neu interpretiert

Saibling und Spargelsalat – roh mariniert (4 Personen)

- Zutaten:**
 4 Stangen grüner Spargel
 4 Stangen weißer Spargel
 4 Filets vom frischen Saibling ca. à 100 g komplett entgrätet mit Haut
 2 Tomaten
 1 Avocado
 2 Limetten
 Reissessig
 Cayennepfeffer
 Zucker
 Salz und Pfeffer aus der Mühle
 4 EL Olivenöl
 2 Zweige Kerbel zur Garnitur

Zubereitung:

1. Weißen Spargel ganz schälen, den grünen Spargel nur am unteren Drittel schälen. Die beiden Spargelsorten im rohen Zustand mit zwei Fingern am Stiel festhalten und den Spargelschäler der Länge nach von unten zur Spargelspitze ziehen, damit man dünne Streifen erhält.
2. Die dünnen Spargelstreifen in eine Schüssel geben und mit dem Saft einer Limette, Zucker, Salz, Cayennepfeffer und Reissessig nach Geschmack würzen und ziehen lassen.
3. Aus der Tomate den Strunk ausschneiden, die Oberfläche einritzen und in kochendem Wasser kurz blanchieren. Die Haut abziehen und das Kernhaus auslösen. Die Tomaten in kleine Filets schneiden.
4. Avocado schälen, den Kern auslösen, in kleine Stücke schneiden und zusammen mit den Tomatenfilets zu dem Spargel geben. Alles vorsichtig vermengen und mit drei Esslöffeln Olivenöl abschmecken.
5. Die Fischfilets von der Haut ziehen und in dünne, ca. 1 cm große Scheiben schneiden. Mit der zweiten Limette mar-



Roh mariniert: Saibling mit Salat aus weißem und grünem Spargel.

nieren, etwas Reissessig dazugeben, mit Salz würzen und für ca. 5 Minuten ziehen lassen.
6. Den Spargelsalat auf vier Teller verteilen, den Saibling darauflegen, mit dem restlichen EL Olivenöl beträufeln und mit Kerbel garnieren.

Spargel-Bärlauch-Pfannkuchen auf Blattspinatbett mit Sauce Hollandaise (4 Personen)

- für den Teig:**
 125 g Mehl
 300 ml Milch
 3 kleine Eier
 Salz und frisch geriebene Muskatnuss
 50 g zerlassene Nussbutter

Butterschmalz zum Ausbacken

- für die Füllung:**
 12 Stangen gekochter weißer Spargel
 8 Stangen gekochter grüner Spargel
 16 schöne Bärlauchblätter
 8 dünne Scheiben Parmaschinken
 100 g fein geriebener Parmesan
 2 ganze Eier
 2 EL flüssige Sahne
 4 EL Butterschmalz

- für den Spinat:**
 200 g Blattspinat, geputzt und gewaschen
 30 g Butter
 1 Knoblauchzehe, angeknackst
 1 Schalotte
 Salz, Muskat, Pfeffer

Zubereitung:

1. Für den Teig das Mehl mit der Milch in einer Schüssel mit dem Schneebesen verrühren. Nussbutter und Eier dazugeben und mit einer Prise Salz und Muskatnuss abschmecken. Alles zu einem glatten Teig verrühren, eine halbe Stunde ruhen lassen.
2. Eine beschichtete Pfanne (24 cm Durchmesser) mit dem Butterschmalz erhitzen und die Pfannkuchen darin nacheinander dünn ausbacken. Pfannkuchen auf einem umgedrehten Teller (!) schichten und auskühlen lassen. So lassen sie sich später einfacher auseinanderziehen.
3. Backofen auf 130°C vorheizen.
4. Für die Füllung erst jeweils zwei Scheiben Parmaschinken auf einem Brett leicht überlappend auslegen. Jeweils 4 Bärlauchblätter darauf verteilen. Drei Stangen weißen und zwei Stangen grünen Spargel auf den Schinken legen und fest einrollen.
5. Parmesan mit den Eiern und der Sahne fest verquirlen. Die Spargelröllchen darin wenden und in fest in einen Pfannkuchen einrollen. Die Pfannkuchenröllchen abermals in die Parmesanmischung eintauchen.
6. Eine beschichtete Pfanne mit einem EL Butterschmalz erhitzen und die Spargelröllchen nach und nach mit Farbe anbraten. Mit dem Schmalz begießen und auf ein Backblech legen. Die Röllchen für ca. 10 Minuten in das Backrohr geben und fertig garen.
7. Für den Spinat die Schalotte in feine Streifen schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und leicht braun werden lassen.



Ein Klassiker neu interpretiert: Spargel-Pfannkuchen mit Hollandaise.

nach mit Farbe anbraten. Mit dem Schmalz begießen und auf ein Backblech legen. Die Röllchen für ca. 10 Minuten in das Backrohr geben und fertig garen.

Die Schalotten und die Knoblauchzehe darin leicht anbraten. Spinat dazugeben, mit Salz, Muskat und Pfeffer würzen und den Spinat zusammenfallen lassen. Den Spinat von der Hitze nehmen und ziehen lassen.
8. Anrichten: Spargelröllchen aus dem Backofen nehmen, halbieren und auf einem Teller anrichten. Den Spinat erst durch ein Sieb gießen und den trockenen Spinat ebenfalls auf dem Teller anrichten.

Dazu passt: Sauce Hollandaise

- 3 Eigelb
 200 g Butter
 1 Messerspitze Cayennepfeffer
 1 Spritzer Estragonessig
 4 cl Weißwein
 Salz und Zucker
 1 Spritzer Zitronensaft

Zubereitung:

1. Einen Rührkessel mittlerer Größe nehmen. Einen kleinen Topf mit Wasser befüllen und aufkochen lassen. Die Größe des Topfes so wählen, dass der Rührkessel gut darauf Platz hat.
2. Butter klein schneiden, ebenfalls in einen Topf geben und bei mittlerer Temperatur auf dem Herd zerlaufen lassen.
3. Die Eier in den Rührkessel geben, den Essig und den Weißwein hinzugeben, mit Cayenne, Salz, Pfeffer und etwas Zitrone abschmecken und kräftig verrühren.
4. Den Rührkessel auf das Wasserbad (Topf) stellen und mit einem Schneebesen (mittelweich) die Masse aufschlagen. Immer gleichmäßig arbeiten und aufpassen, dass die Masse nicht zu heiß wird. Die Sauce ist fertig geschlagen, wenn sie kompakt zur Rose abgezogen ist.
5. Nun die Masse vom Wasserbad nehmen und ca. ½ Minute nachschlagen, um die Temperatur anzugleichen. Die Butter langsam in die Masse einlaufen lassen und gut verrühren. Noch einmal nachschmecken und warm stellen.



Kochwasser für Spargel muss kräftig abgeschmeckt werden, sagt der Profi. 1 EL Salz, ein EL Zucker und reichlich Zitronensaft.



Für die Füllung erst jeweils zwei Scheiben Parmaschinken auf einem Brett leicht überlappend auslegen, dann Bärlauch darauf verteilen.



Parmesan mit Eiern und Sahne verquirlen. Die Spargelröllchen darin wenden und fest in einen Pfannkuchen einrollen. Wieder eintauchen.



In einer beschichteten Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Spargelröllchen nach und nach mit Farbe anbraten. Mit dem Schmalz begießen.



Für den Spinat Butter in einer Pfanne erhitzen und leicht braun werden lassen. Schalotten und Knoblauchzehe anbraten, Spinat dazugeben.

Schmankerl für den Brotzeitkorb

Ein Biergarten-Besuch ohne Käse im Brotzeitkorb ist undenkbar. Es müssen ja nicht immer nur der klassische Obazda oder die Emmentaler-Käsewürfel sein. Aus Käse kann man vielerlei zaubern, denn die Auswahl an Käse ist schier unendlich: Hartkäse, Schnittkäse, Weichkäse, Sauermilchkäse, Frischkäse.

Unsere Zeitung sucht deshalb in diesem Jahr zusammen mit dem Bayerischen Bauernverband das beste Käse-Schmankerl für den Biergarten – unter dem Motto „So ein Kas“. Die Verfasser der zehn besten Käse-Schmankerl laden wir zur Endausscheidung ein. Das große Biergartenfest mit Prämierung der besten Käse-Rezepte findet am Samstag, 27. April, im Biergarten am Chinesischen Turm in München statt. Die Finalisten präsentieren dann ihr Rezept einer Jury.

Mitmachen lohnt sich: Jeder Finalist nimmt einen Preis mit nach Hause. Der erste Preis ist ein „Urlaub auf dem Bauernhof“. Der Gutschein hat einen Wert von 250 Euro. Außerdem gibt es folgende Preise zu gewinnen: Verzehrsgutscheine von der Haberl-Gastronomie, Fresskörbe mit bayerischen Schmankerl sowie einen Gesundheitsgrill, einen Sous-Vide-Garer, eine Kühlbox, einen Pizza-Backstein oder eine Isolierkanne.

Einsendeschluss für die Rezepte ist Montag, 15. April. Die Rezepte per Mail bitte an Gastro@merkur.de schicken.

Wer lieber einen Brief schreibt, für den gilt folgende Adresse: Münchner Merkur, Stichwort „Biergarten-Rezept: So ein Kas“, Paul-Heyse-Straße 2 – 4 in 80336 München.

Nicht vergessen: Bitte schreiben Sie uns nicht nur Ihr Lieblingsschmankerl, sondern auch, wie wir Sie am besten erreichen können. Wir wollen die Finalisten schließlich zügig zu unserem Biergartenfest einladen. Also bitte Telefonnummer und Adresse mitschicken!

Wir freuen uns auf Ihre Zuschriften. Viel Glück und schon mal ein Prosit auf die Gemütlichkeit. se

Kochbuch

Das Leben isst schön

Wohltuende Rezepte und Selbstgemachtes, abgestimmt auf die Jahreszeiten. Das Leben isst schön – das ganze Jahr hindurch. Ob zu



Ostern oder an Weihnachten, an einem lauen Sommerabend oder an einem trüben Herbsttag. Es gibt immer einen Grund, mit viel Liebe eine kleine Insel im Alltag zu schaffen. „Das Leben isst schön“ ist eine gelungene Mischung aus DIY und Rezepten. Herrlich unkompliziert, aber sehr stimmig. Da bleiben wir zu jeder Jahreszeit gerne zu Hause. se

Das Leben isst schön. Silke-Rothemburger-Zerrler. Erschienen bei Thorbecke. 168 Seiten. 25 Euro.