

Delikate Rezepte für

Puppinger Spargel



*Puppinger Spargel wird nach den
Richtlinien der Integrierten
Gemüseproduktion gemäß dem
österreich. Programm für eine
umweltgerechte Landwirtschaft
produziert.*



Puppinger Spargel

LINDINGER & ECKER
Taubenbrunn 1
A - 4070 Eferding
Telefon 07272/2347 oder 07272/4124

zweite, überarbeitete Auflage

... einfach ein **Genuß**

ALLES ÜBER SPARGEL

Spargel ist ein Edelgemüse - ein wahrhaft königlicher Genuss. Kaum ein anderes Gemüse kann sich in Aroma und Feinheit mit ihm messen.

GESCHICHTE

Der Spargel (lateinisch »asparagus officinalis«) ist seit über 4000 Jahren bekannt. Schon bei den alten Ägyptern, Römern und Griechen wurde er angebaut und kultiviert. Bereits damals wusste man die Vorzüge des Spargels zu schätzen: Er galt zu dieser Zeit nicht nur als Delikatesse, sondern auch als Arzneimittel.

König Ludwig XIV. ist es zu verdanken, dass der Spargel für die Neuzeit wiederentdeckt wurde - bei Hof war er wegen seines feinen Geschmacks außerordentlich beliebt.

SPARGELPFLANZUNG

Spargel ist eine sehr beliebte, aber teure Gemüsepflanze. Anbau, Ernte und Aufbereitung erfolgen per Handarbeit und gestalten sich daher sehr arbeits- und zeitaufwendig. Mit viel Sorgfalt werden die Spargelstangen unter den Erdwällen freigelegt und mit einem speziellen Spargelmesser gestochen. Soviel Aufwand hat natürlich nicht nur seine Qualität, sondern auch seinen Preis.

Früher wurde beim Spargel die Nachzucht aus Samen gewonnen, heute verwendet man vorwiegend Pflanzenteile, die nachgezüchtet werden.

Diese Pflanzen werden beim weißen Spargel einjährig in gut vorbereiteten Böden in Gräben gepflanzt und nach dem ersten Standjahr eingeebnet.

Nach zwei Jahren wird ein Damm aufgeschüttet und dann kann zum ersten Mal gestochen werden, aber nur bis Anfang Juni. Erst ab dem vierten Jahr nach der Pflanzung setzt die volle Ernte ein.

ZEHN GUTE GRÜNDE, SPARGEL ZU ESSEN

- ❶ Spargel regt die Nierentätigkeit an, er entwässert und entsäuert
- ❷ Spargel stärkt die Nerven
- ❸ Spargel wirkt zellverjüngend, fördert die Blutbildung und die Sauerstoffversorgung
- ❹ Spargel kräftigt die Schleimhäute im Körper
- ❺ Spargel aktiviert den Eiweiß-, Kohlenhydrat- und Fettstoffwechsel
- ❻ Spargel wirkt gegen Darmträgheit und Verstopfung
- ❼ Spargel gilt als Aphrodisiakum
- ❽ Spargel aktiviert das Zellwachstum und stärkt Haut, Haare und Bindegewebe
- ❾ Spargel hilft bei Gedächtnisschwäche und Konzentrationsmangel
- ❿ Spargel hilft bei Sehschwäche und Nachtblindheit

... einfach ein Genuss

- 2 -

Spargelsalat schnell zubereitet

Zutaten:

800 g Puppinger Grünsparigel
300 g Graved Lachs

Für die Marinade:

2 EL Himbeeressig
1 EL Sherryessig
7 EL Pflanzenöl
Salz, Pfeffer, Zucker
1 Bund Dill

Zubereitung:

Puppinger Spargel schälen, in 3 cm lange Stücke schneiden und in Salzwasser mit etwas Zucker ca. 20 Minuten kochen. Spargelstücke aus dem Sud heben und auf einem Stück Küchenrolle abtropfen lassen.

Aus Himbeeressig, Sherryessig, Öl, Salz, Pfeffer und Zucker eine Marinade bereiten und über den Spargel geben.

Den Graved Lachs in kleine Würfel schneiden, zum Spargel geben, Dill fein hacken und alles gut durchmischen.

Im Kühlschrank kaltstellen. Auf Kopfsalatblättern anrichten.

Dazu: Frisches Brot und Gebäck

- 57 -

... einfach ein Genuss

Lachs an Spargelsauce

Zutaten:

500 g **Puppinger Spargel**
0,2 l Obers, 2 EL Creme fraîche
0,1 l trockener Weißwein
Salz, Pfeffer
4 Lachsstücke zu je 200 g
0,2 l Gemüsesuppe
Saft einer halben Zitrone

Zubereitung:

Puppinger Spargel schälen und in Salzwasser mit etwas Zucker ca. 20 Minuten kochen.

Obers, Creme fraîche und Wein zu einer cremigen Sauce erwärmen, den gut abgetropften Spargel zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Lachsstücke mit Zitronensaft beträufeln, abtropfen und in der Gemüsesuppe garziehen lassen (6 bis 8 Minuten). Den Lachs aus der Suppe nehmen und mit Spargel und Sauce auf vorgewärmten Tellern anrichten.

Dazu: Wildreis oder Salzerdäpfel

SPARGELSORTEN

Es gibt weißen, grünen und violetten Spargel.

Der weiße Spargel ist im deutschsprachigen Raum am beliebtesten. Er wächst auf humushaltigen, sandigen Böden und ist an seinem geraden Wuchs erkennbar, da er sich nicht durch feste Erde arbeiten muss. Weißer Spargel schmeckt besonders zart und mild, muss aber - im Gegensatz zum grünen Spargel - geschält werden.

Grüner Spargel wächst auf leichten bis mittelschweren Böden, oberirdisch und wird durch das Sonnenlicht grün. Er wird bei der Ernte knapp über dem Boden abgeschnitten und muss nur im unteren Drittel geschält werden. Er hat einen kräftigen, etwas herben Geschmack.

Violetter Spargel wird besonders in Frankreich und in der Schweiz bevorzugt. Geschmacklich liegt er zwischen dem weißen und dem grünen Spargel. Er muss wie der weiße Spargel geschält werden.

ERNÄHRUNG

Für Schlemmer, die Wert auf ihre schlanke Figur legen, ist der Spargel das ideale Gemüse, da er sehr kalorienarm ist. Ein Kilo Spargel hat nur etwa 170 kcal (730 kJ). Für Diabetiker ist Spargel besonders interessant, da für 400 g Spargel nur eine Broteinheit angerechnet werden muss.

Spargel schmeckt nicht nur vorzüglich, er ist auch reich an wertvollen Vitaminen (A, C, B₁, B₂) und Mineralstoffen, wie Calcium, Phosphor und Kalium. Kaliumsalze und Asparaginsäure regen die Nierentätigkeit positiv an. Abbaustoffe des Stoffwechsels werden dadurch ausgeschwemmt und der Körper entwässert.

SAISON

Spargel ist ein typisches Saison-Gemüse. Die Saison dauert beim Freilandspargel von etwa Ende April bis Mitte Juni. Wächst der Spargel in einem Folien- oder Glashaus, so ist eine Ernte bereits ab Mitte bis Ende März möglich. Der Spargelliebhaber muss nach der Saison nicht zum ausländischen Spargel greifen. Spargel kann nämlich sehr einfach eingefroren werden. Zum Einfrieren wäscht man die Stangen, trocknet sie und schält den Spargel. So vorbereitet verpackt man den Spargel am besten in Alufolie oder Folienbeutel, bevor man ihn unblanchiert einfrieren kann. Tiefgefrorenen Spargel gart man am besten, indem man ihn unaufgetaut in den kochenden Sud gibt.

Die richtige Zubereitung



Den Spargel unter fließendem Wasser waschen und abtropfen lassen.

Die Spargelstangen mit einem Schälmesser oder Spargelschäler schälen: Unterhalb der Köpfchen beginnen und zum Ende hin etwas dicker schälen. Bei grünem Spargel nur das untere 1/3 schälen.



Die harten Spargelenden abschneiden und mit den Schalen für Suppe oder Fond auskochen.

Marinierter Spargel mit Käse-Kräuterobers

Zutaten:

500 g Puppinger Grünspargel
500 g weißer Puppinger Spargel
Salz, 2 TL Zucker
3 EL Essig
1/8 l Pflanzenöl, 1/4 l Obers
50 g geriebenen Gouda
Schnittlauch, Petersilie, Kresse

Zubereitung:

Puppinger Spargel schälen (grünen nur im unteren Drittel), in Stücke schneiden und in Salzwasser mit etwas Zucker ca. 20 Minuten (grünen nur ca. 10 Minuten) kochen. Spargel aus dem Sud heben und abtropfen lassen, Sud vom weißen Spargel auffangen. Sud mit Essig, Öl, Salz, Pfeffer und Zucker verrühren. Beide Spargel auf eine Platte legen und mit der Marinade begießen, einige Stunden ziehen lassen. Den Obers steifschlagen, mit dem Käse und den gehackten Kräutern vermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Spargel dekorativ auf Tellern anrichten und je einen Klecks von dem Kräuterobers dazugeben.

Dazu: Petersilerdäpfel

Weißwein-Risotto mit Puppinger Grünspargel

Zutaten:

1 Schalotte; fein gehackt
1 Knoblauchzehe; gepreßt
500 g **Puppinger Grünspargel**
400 g Risottoreis
2 dl trockener Weißwein
1 l heiße Gemüsesuppe
75 g Butter oder Margarine
Salz, Pfeffer
1/2 Teelöffel fein gehackter Kerbel

Zubereitung:

Schalotte und Knoblauch in etwas warmer Butter oder Margarine anschwitzen. Die Spitzen des **Puppinger Spargel** beiseite stellen, restlichen **Puppinger Spargel** in 2 bis 3 cm lange Stücke schneiden und kurz mitdämpfen. Reis zugeben, mitdünsten bis er glasig ist. Mit dem Wein ablöschen und vollständig einkochen.

Die Gemüsesuppe nach und nach zugießen, so daß der Reis immer knapp mit Flüssigkeit bedeckt ist. Unter häufigem Rühren etwa 20 min. knapp weich köcheln lassen. Dabei den Topf nicht zudecken.

Die **Puppinger Spargelspitzen** die letzten 5 bis 10 min. mitgaren. 75 g Butter oder Margarine und den Kerbel sorgfältig daruntermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und heiß servieren.

Dazu: Gebäck

Die richtige Zubereitung

Die Spargelstangen mit Küchengarn zu Bündeln von 8 bis 10 Stangen zusammenbinden. So kann der Spargel leicht aus dem Sud gehoben werden.



In einem länglichen Topf Wasser mit Salz und einem Stück Würfelzucker zum Kochen bringen. Die Spargelbündel hineinlegen und vom Wasser bedeckt zugedeckt garen. Weißer Spargel benötigt 15-20 Minuten, grüner Spargel 10-15

Spargel kann auch senkrecht stehend in einem hohen Spargeltopf gegart werden. Die Spitzen dürfen nicht von Wasser bedeckt sein, sie garen im Dampf.



Inhaltsverzeichnis

Spargel für Genießer und Kenner	8
Spargel mit Lachs-Hollandaise	9
Spargelgratin mit Käseschaum	10
Überbackene Spargel-Schinken-Rollen	11
Spargel im Käse-Omelett für den Verwöhnten	12
Spargel „Pfälzer Art“	13
Spargel-Eier-Auflauf	14
Puppinger Spargel im Käsemantel	15
Feiner Puppinger Spargeltopf	16
Puppinger Spargeltoast	17
Gratinierte Spargelpalatschinken	18
Puppinger Spargelplatte	19
Spargel mit Weinsauce	20
Feine Spargeltorte	21
Kalbsfilet mit Spargel	22
Puppinger Spargel - Laibchen	23
Spargelcremesuppe	24
Roher Spargelsalat	25
Spargel-Kartoffel-Auflauf	26
Raffinierter Eier-Spargelsalat	27
Spaghetti mit Spargel	28
Grüner Spargel in Kräutermarinade	29
Spargel mit Kräutersauce	30
Spargel-Schinkensalat mit Pilzen	31
Spargel auf Klosterart	32

Spargel mit Hummer- krabben in Wein - Estragon - Sauce

Zutaten:

1/4 l Gemüsesuppe
1/4 l Weißwein
1,5 kg **Puppinger Spargel**
Salz, 1 EL Zucker, 1 EL Butter
8 Hummerkrabben (mit Schale)
1 TL Kümmel, etwas Estragon
200 g Creme fraîche, Pfeffer
100 ml Schlagobers
Zitronenmelisse

Zubereitung:

Gemüsesuppe und Wein in einen Topf gießen und auf die Hälfte einkochen lassen. Den **Puppinger Spargel** schälen, die holzigen Enden abschneiden und in kochendem Salzwasser mit 1 TL Butter und Zucker ca. 20 min. garen. Hummerkrabben waschen, in 1/4 l Salzwasser mit Kümmel ca. 5 min. garen. Estragon waschen, mit Creme fraîche zur reduzierten Suppe geben und nochmals etwas einkochen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Den Estragon aus der Sauce nehmen. Schlagobers steif schlagen und unterziehen. Restlichen Estragon in Streifen schneiden. Hummerkrabben aus der Schale lösen.

Puppinger Spargel abtropfen lassen, mit den Hummerkrabben und der Sauce auf vier Tellern anrichten. Die Sauce mit Estragon bestreuen und mit Zitronenmelisse bestreuen.

Dazu: Kartoffeln

Spargel mit Nuß - Ei - Vinaigrette

Inhaltsverzeichnis

Zutaten:

2 kg **Puppinger Spargel**
Salz, 1 TL Zucker, 1 TL Butter
3 Eier, Pfeffer, 8 Walnußkernhälften
Kerbel oder Petersilie, 100 ml Essig
5 EL Walnuß- oder Olivenöl
75 g Mortadella, 100 g gekochter Schinken
50 g Karreespeck

Zubereitung:

Den **Puppinger Spargel** schälen, die holzigen Enden abschneiden und in kochendem Salzwasser mit 1 TL Butter und Zucker ca. 20 min. garen.
Für die Vinaigrette Eier 10 min. hart kochen, abschrecken, schälen und abkühlen lassen. Nüsse hacken. Kräuter waschen. Ei fein würfeln.
Essig, 6 - 8 EL Spargelsud, Salz, Pfeffer und 1 TL Zucker verrühren. Öl darunterschlagen. Kräuter, Nüsse und Ei unterheben.
Spargel abtropfen lassen und mit der Vinaigrette anrichten, mit Folie abdecken und ca. 15 min. ziehen lassen. Mortadella und Speck mit dem Spargel anrichten und mit Kräutern bestreuen.

Dazu: Erdäpfel oder Gebäck

Spargelgröstl	33
Spargel in Weißwein-Sauce	34
Geflügel-Spargelsalat	35
Spargel aus dem Backofen	36
Spargel in der Kartoffelhülle	37
Grüner Spargel als feine Beilage	38
Puppinger Spargel mit Nuß-Oberscremesauce	39
Grüner Spargel mit Schwammerlsauce	40
Spargel gebacken	41
Spargel mit Paradeisern	42
Spargelstrudel	43
Pikanter Spargelsalat mit Hühnerbruststreifen	44
Forellenfilet mit Puppinger Solospargeln	45
Puppinger Spargelschnitzel	46
Schweinsmedaillons mit Spargel	47
Spargel und Nudeln in Mascarpone-Sauce	48
Spargel-Schnitzel-Gratin mit Buttersauce	49
Spargel-Hähnchen-Ragout	50
Schinken-Spinat-Palatschinken mit Spargel	51
Spargel mit Nuß-Ei-Vinaigrette	52
Spargel mit Hummerkrabben in Wein-Estragon-Sauce	53
Weißwein-Risotto mit Puppinger Grünspargel	54
Marinierter Spargel mit Käse-Kräuterobers	55
Lachs an Spargelsauce	56
Spargelsalat schnell zubereitet	57

Spargel für Genießer und Kenner

Zutaten:

1 kg weißer und grüner **Puppinger Spargel**
Salz, Pfeffer
Zucker
Butter
0,25 l Obers
3 EL Weißwein
4 EL Weißbrotbrösel

Zubereitung:

1 kg weißen und grünen **Puppinger Spargel** schälen. Den weißen **Puppinger Spargel** in kochendes Wasser mit Zucker, Butter und Salz geben, 7 bis 10 Minuten kochen, den grünen **Puppinger Spargel** dazugeben und weitere 7 Minuten kochen, abseihen und warm stellen.
Für die Sauce 0,25 l Obers einkochen, 3 EL Wein dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und den Spargel mit der Sauce anrichten.
4 EL Weißbrotwürfel in Butter rösten, über den **Puppinger Spargel** geben und servieren.

Schinken-Spinat- Palatschinken mit Spargel

Zutaten:

1,5 kg **Puppinger Spargel**
Salz, 1 TL Zucker, 1 TL Butter, 4 Eier
80 g Mehl, 200 ml Milch
200 g Spinat, 125 gekochter Schinken
75 g Butter, 4 kleine Tomaten
Pfeffer, Muskat

Zubereitung:

Den **Puppinger Spargel** schälen, die holzigen Enden abschneiden und in kochendem Salzwasser mit 1 TL Butter und Zucker ca. 20 min. garen.
In der Zwischenzeit für den Teig Eier, Mehl, Milch, 1 Prise Salz und Muskat verrühren. Den Teig etwas quellen lassen. Den Spinat waschen und abtropfen lassen. Den Schinken in feine Streifen schneiden. 3 EL Fett portionsweise in einer kleinen Pfanne erhitzen und nacheinander acht Palatschinken backen, dabei jeweils mit Spinat und Schinken belegen. Warm stellen.
Tomaten waschen, fein würfeln. 2 EL Butter erhitzen, Tomaten darin schwenken und mit Salz und Pfeffer würzen. Den **Puppinger Spargel** abtropfen lassen und mit den Palatschinken anrichten. Tomatenbutter über den **Puppinger Spargel** verteilen.

Dazu: Weißwein

Spargel - Hühnchen - Ragout

Zutaten:

1 Bund Suppengemüse, Salz, Pfeffer
1 Huhn (ca. 1,2 kg)
750 g **Puppinger Spargel** (weiß und grün)
200 g Champignons, 3 EL Butter
1 ungekochte Bratwurst
30 g Mehl, 1/4 l Milch
200 g Erbsen
1 Eigelb, 3 EL Zitronensaft

Zubereitung:

Suppengemüse putzen, waschen und würfeln. In 1,5 l Salzwasser aufkochen, das Huhn zufügen und ca. 1 Stunde kochen. Den weißen **Puppinger Spargel** ganz, den grünen nur an der unteren Hälfte schälen, holzige Enden wegschneiden. Den **Puppinger Spargel** in grobe Stücke schneiden. Pilze putzen, waschen und blättrig schneiden. Das Huhn herausnehmen, von Haut und Knochen lösen. Den **Puppinger Spargel** in 1/2 l Hühnersuppe ca. 10 min. garen, abseihen und den Sud auffangen.

1 EL Fett erhitzen. Das Brät der Wurst in kleine Bröckchen aus der Wursthaut drücken und diese Stückchen anbraten. Die Pilze mit andünsten, dann alles herausnehmen. 2 EL Fett im Bratfett erhitzen, Mehl darin anschwitzen, den Spargelsud und die Milch begeben und aufkochen. Erbsen 5 min. mitkochen lassen. Sauce mit Eigelb legieren. Fleisch, Gemüse und Wurststückchen zugeben, mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen.

Dazu: Erdäpfel oder Reis, trockener Weißwein

Spargel mit Lachs - Hollandaise

Zutaten:

1 kg **Puppinger Spargel**
20 g Stärkemehl
1/4 l Gemüsesuppe
2-3 Eigelb
50 g kalte Butter
Pfeffer, Salz
Worcestersauce
1 Prise Zucker
Muskat
Zitronensaft
etwas Weißwein
100 g Räucherlachs

Zubereitung:

Puppinger Spargel ca. 20 min. garen, Stärkemehl mit Gemüsesuppe glattrühren und unter Schlagen einmal aufkochen. Bei mäßiger Hitze Eigelb und Butterflocken abwechselnd unterschlagen.

Achtung: Sauce darf nicht mehr kochen !

Sauce mit Gewürzen abschmecken und den fein gewürfelten Räucherlachs unterheben.

Dazu: Salzerdäpfel, Buttererdäpfel

Spargelgratin mit Käseschaum

Zutaten:

1 kg **Puppinger Spargel**
Salz, Pfeffer, Zucker, Muskat
1 TL Butter, 2 EL Mehl
1/4 l Spargelsud
1/8 l Schlagobers, 3 Eier
4 EL fein geriebener Käse

Zubereitung:

Den **Puppinger Spargel** schälen. In kochendes Salzwasser mit Zucker und Butter geben. 15 - 20 min. kochen. Im Sieb abtropfen lassen, aber den Sud auffangen. Butter erhitzen. Mehl darin unter Rühren anschwitzen. 1/4 l heißen Spargelsud und den Schlagobers mit dem Schneebesen unter Rühren zugeben. 5 min. kochen. Vom Herd nehmen.

Die Eier trennen. Sauce mit dem Eigelb legieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. **Puppinger Spargel** in eine ofenfeste Form füllen und mit der Sauce überziehen. Eiweiß sehr steif schlagen. Den Käse sorgsam unterziehen. Mit frisch gemahlenem Muskat abschmecken. Auf das Gericht geben. Auf dem vorgeheizten Backofen bei 200 °C in ca. 30 min. goldgelb überbacken.

Dazu: Kartoffelkroketten oder Brot

Spargel-Schnitzel-Gratin mit Buttersauce

Zutaten:

1,5 kg **Puppinger Spargel**
Salz, 1 TL Zucker, 1 TL Butter, Pfeffer
6 dünne Schweinsschnitzel, 2 EL Öl
125 g Sauce „Hollandaise“ (gibt es auch fertig)
75 g Gouda
etwas Salbei

Zubereitung:

Den **Puppinger Spargel** schälen, die holzigen Enden abschneiden und in kochendem Salzwasser mit 1 TL Butter und Zucker ca. 20 min. garen. Schnitzel etwas flachklopfen und Öl erhitzen. Das Fleisch bei mittlerer Hitze ca. 3 min. pro Seite braten und mit Salz und Pfeffer würzen. Wenn Sie fertige Sauce „Hollandaise“ verwenden, dann lösen Sie diese unter ständigem Rühren in 125 ml Spargelwasser auf, lassen sie einmal kurz aufkochen und nehmen sie vom Herd. Den Käse fein reiben, den Puppinger Spargel abtropfen lassen. Eine Schnitzelhälfte jeweils mit **Puppinger Spargel** belegen und überklappen. Die Schnitzel mit der Spargelfülle in eine flache feuerfeste Form legen, die Sauce darüber verteilen und mit Käse bestreuen. Im vorgeheizten Backrohr bei 200 °C ca. 10 min. überbacken. Den Salbei in Streifen schneiden und darüberstreuen.

Dazu: Erdäpfel

Spargel und Nudeln in Mascarpone-Sauce

Zutaten:

500 g **Puppinger Spargel**
Salz, 1 TL Zucker, 1 TL Butter, Pfeffer
375 g Broccoli, 250 g Bandnudeln
8 Schweinsmedaillons
50 g Frühstücksspeck
1 EL Öl, 1 TL Butter
1 Knoblauchzehe, 1 mittelgroße Zwiebel
100 ml Weißwein, etwas Gemüsesuppe
150 g Mascarpone
Petersilie

Zubereitung:

Den **Puppinger Spargel** schälen, die holzigen Enden abschneiden und in kochendem Salzwasser mit 1 TL Butter und Zucker ca. 20 - 25 min. garen. Den Broccoli sollten Sie nach 10 min. zugeben. Die Nudeln in kochendem Salzwasser ca. 8 - 10 min. garen. Das Fleisch trockentupfen und mit Speck umwickeln. In heißem Öl von jeder Seite ca. 3 - 5 min. braten und würzen. Knoblauch und Zwiebel schälen, fein hacken und in heißem Fett andünsten. Mit Wein und 1/4 l Gemüsesud ablöschen. Die Gemüsesuppe einrühren und ca. ein Drittel einkochen lassen. Mascarpone unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nudeln und Gemüse abgießen, mit der Sauce mischen und mit dem Fleisch anrichten. Mit Petersilie garnieren.

Dazu: trockener Weißwein

Überbackene Spargel - Schinken - Rollen

Zutaten:

1 kg **Puppinger Spargel**
Salz, 1 Prise Zucker, 1 TL Butter
Für die Sauce:
40 g Butter, 1 EL Mehl
1/4 l Spargelsud, 1 Eigelb
Salz, Pfeffer, Muskat
Außerdem:
300 g gekochter Schinken in Scheiben
50 g geriebener Käse
Butterflocken, 2 EL gehackte Petersilie

Zubereitung:

Geschälten **Puppinger Spargel** in kochendes Salzwasser mit Butter und Zucker geben. 15 min. vorkochen. Im Sieb ablaufen lassen und den Sud auffangen. Für die Sauce die Butter in einem Topf erhitzen, Mehl darin hell anschwitzen. Den heißen Spargelsud unter Rühren eingießen und 5 min. kochen. Den Topf vom Herd nehmen. Die Sauce mit dem Eigelb legieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. **Puppinger Spargel** auf den Schinkenscheiben verteilen, aufrollen und in eine gefettete, ofenfeste Form legen. Die Sauce daraufgeben, mit dem Käse bestreuen und Butterflocken darauf verteilen. Im vorgeheizten Backrohr bei 225 °C ca. 20 min. überbacken. Die Rollen mit gehackter Petersilie bestreut servieren.

Dazu: Kurz aufgebackenes Weißbrot und trockener Weißwein

Spargel im Käse-Omelett für den Verwöhnten

Zutaten:

1 kg **Puppinger Spargel**
Salz, 1 Prise Zucker, 1 TL Butter

Für die Omeletts:

100g Mehl, 3 Eier, 1/8 l Milch
3 EL geriebenen Parmesan
1 EL zerlassene Butter

Zubereitung:

Geschälten **Puppinger Spargel** in kochendes Salzwasser mit Zucker und Butter geben. 20 min. garen. Abtropfen lassen und warm stellen.
Mehl mit Eier und Milch verrühren, 2 EL Parmesan und Butter hinzufügen. Teig etwa 30 min. ruhen lassen. Omeletts backen, den **Puppinger Spargel** darauf verteilen, zusammenklappen und sofort servieren.
Mit Parmesan bestreuen.

Schweinsmedaillons mit Spargel

Zutaten:

800 g grüner **Puppinger Spargel**
Salz, 1 TL Zucker, 1 TL Butter
600 g Schweinslungenbraten
Salz, Pfeffer, Öl
4 Scheiben Toastbrot

Sauce:

30 g Butter, 1 EL glattes Mehl
1/8 l Gemüsesuppe
60 g geriebener Emmentaler
Salz, Cayennepfeffer, Paprikapulver
1 Dotter, 3 EL Schlagobers

Zubereitung:

Den **Puppinger Spargel** an der unteren Hälfte schälen, die holzigen Enden wegschneiden und mit Spagat zu einem Bündel binden. Den **Puppinger Spargel** in kochendem Salzwasser mit Zucker und Butter ca. 10 min. kochen, herausnehmen und abtropfen lassen.
Den Schweinslungenbraten in 8 Medaillons schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Toastscheiben auf Größe der Medaillons zuschneiden und in heißer Butter goldgelb anrösten.
Das Öl erhitzen, die Medaillons beidseitig ca. 2 min. braten und warm stellen. Für die Sauce die Butter zerlassen, Mehl hineingeben, gut umrühren und mit Gemüsesuppe aufgießen. Bei schwacher Hitze 10 min. kochen, dann den geriebenen Käse begeben und mit Salz, Paprika und Cayennepfeffer würzen. Das Obers mit dem Dotter verquirlen. Die Sauce vom Feuer nehmen und mit dem Obers-Dottergemisch legieren. Nun belegt man die Toastscheiben mit den Medaillons, setzt den Spargel darauf und übergießt mit der Sauce. Zuletzt überbäckte man die Toasts im Backrohr bei 220 °C ca. 8 - 10 min. knusprig braun.

Puppinger Spargelschnitzel

Zutaten:

4 Kalbsschnitzel, 4 Blatt Preßschinken
8 Stangen grüner **Puppinger Spargel**
Salz, 1 EL Zucker, 1 TL Butter

Panier:

2 Eier, 100 g geriebene Walnüsse
Mehl, Semmelbrösel

Zubereitung:

Den **Puppinger Spargel** an der unteren Hälfte schälen, und zu einem Bündel binden. Dann den **Puppinger Spargel** in kochendem Salzwasser mit Zucker und Butter ca. 10 - 15 min. kochen, herausnehmen, kalt abschrecken und abtropfen lassen.

Kalbsschnitzel mit Salz und Pfeffer würzen, mit je einem Schinkenblatt sowie halbierten Spargelstangen belegen und zusammenklappen. Für die Panier die Semmelbrösel mit den Nüssen vermengen und die Eier verquirlen. Die gefüllten Kalbsschnitzel in Mehl wenden, durch die Eier ziehen und in der Nuß-Bröselmischung wälzen. Öl erhitzen und die Spargelschnitzel goldbraun ausbacken.

Dazu: Buttererdäpfel, frischen Blattsalat

Spargel „Pfälzer Art“

Zutaten:

1 kg **Puppinger Spargel**
Salz, 1 Prise Zucker
50 g Butter
1 gehäufter EL Mehl
1/4 l Milch
200 g Kräuter-Schmelzkäse
1 Eigelb
Pfeffer, Muskat
2 hartgekochte Eier
Petersilie

Zubereitung:

Den geschälten **Puppinger Spargel** in kochendes Salzwasser mit Zucker und 1 TL Butter geben.

20 - 25 min. garen, abtropfen lassen und warm stellen. Die restliche Butter in einem Topf erhitzen. Mehl darin unter Rühren anschwitzen und mit der Milch ablöschen.

15 min. bei geringer Hitze köcheln lassen. Den Schmelzkäse in Flöckchen zugeben und rühren, bis er sich aufgelöst hat. Mit dem Eigelb legieren. Sauce vom Herd nehmen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. **Puppinger Spargel** anrichten, mit der Sauce überziehen, mit Eischeiben und Petersilie garnieren.

Dazu: Gekochter Schinken, Erdäpfel

Spargel - Eier - Auflauf *gut zum Vorbereiten - einfach gut*

Zutaten:

1 kg **Puppinger Spargel**
1 Prise Zucker, 1 TL Butter
4 hartgekochte Eier
100 ml Sauerrahm
1/8 l Milch
1 rohes Ei
Pfeffer
2 EL geriebener Emmentaler
2 EL Semmelbrösel
3 EL Butter
Petersilie

Zubereitung:

Den geschälten **Puppinger Spargel** in 5 cm lange Stücke schneiden. In sprudelnd kochendem Salzwasser mit Zucker und Butter 15 min. kochen. Im Sieb abtropfen lassen.
Die hartgekochten Eier schälen und in Scheiben schneiden. Eine Auflaufform mit Butter einfetten. Abwechselnd **Puppinger Spargel** und Eischeiben einschichten. Letzte Schicht ist wieder **Puppinger Spargel**.
Sauerrahm, Milch und das rohe Ei verquirlen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und über den **Puppinger Spargel** gießen. Mit dem geriebenen Emmentaler und den Semmelbröseln bestreuen. Die Butter in Flocken darüber verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 225 °C ca. 30 min. überbacken.

Dazu: Frisch aufgebackenes Weißbrot oder Tomatensauce und Erdäpfelpüree

Forellenfilet mit ***Puppinger Solospargeln***

Zutaten:

2 frische Forellen
Salz, Pfeffer, Zitronensaft
1 Bund Estragon
1/8 l Weißwein
40 g Butter
600 g **Puppinger Spargel** (Solospargel)
Salz, 1 EL Zucker, 1 EL Butter

Zubereitung:

Den **Puppinger Spargel** schälen, die holzigen Enden wegschneiden und mit Spagat zu Bündeln binden. Die Forellen filetieren, entgräten und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. Den **Puppinger Spargel** in kochendem Salzwasser mit 1 EL Zucker und 1 EL Butter ca. 15 min. kochen. Den Estragon fein hacken.
In einer Pfanne etwas Butter erhitzen und die Filets beidseitig braten, aus dem Fett nehmen und warm stellen. Den Bratrückstand mit Weißwein und etwas Spargelsud ablöschen. Den gehackten Estragon und ein Stück kalte Butter in die Sauce einrühren.
Die Spargelstangen aus dem Sud nehmen, abtropfen lassen und mit je einem Filet auf vorgewärmten Tellern anrichten. Zuletzt werden die Forellenfilets mit der Estragonsauce überzogen.

Dazu: Heiße Butter oder Sauce Hollandaise für den **Puppinger Spargel**

Pikanter Spargelsalat mit Hühnerbruststücken

Zutaten:

1 kg grüner **Puppinger Spargel**
Salz, 1 EL Zucker, 1 EL Butter
300 g Hühnerbrust
Pfeffer

Marinade:

1/16 l Olivenöl
3 EL Rotweinessig
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Den **Puppinger Spargel** an der unteren Hälfte schälen, die holzigen Enden wegschneiden und mit Spagat zu Bündeln binden. Den **Puppinger Spargel** stehend in kochendem Salzwasser mit Zucker und Butter 15 - 20 min. kochen. Die Köpfe sollten dabei aus dem Kochwasser ragen. Dann den **Puppinger Spargel** kalt abschrecken und abtropfen lassen.

Die Hühnerbrust mit Salz und Pfeffer würzen und an beiden Seiten anbraten und im vorgeheizten Backrohr bei 180 °C ca. 10 min. fertigkochen und warmhalten.

Aus Essig, Öl, Salz, Pfeffer und etwas kaltem Spargelsud eine Marinade herstellen.

Nun die Hühnerbrust in Scheiben schneiden und mit den Spargelstangen auf Tellern anrichten. Zuletzt beträufelt man den **Puppinger Spargel** mit der Marinade und garniert mit Creme fraîche.

Puppinger Spargel im Käsemantel

Zutaten:

1kg **Puppinger Spargel**
750 g Zucchini oder Blattspinat
Salz, Zucker, Butter
150 g geriebener Gouda
100 g geriebener Parmesan
2 Eigelb
5 EL Obers, Muskatnuß, Pfeffer

Zubereitung:

Den **Puppinger Spargel** schälen und 15 min. in Salzwasser mit Zucker und Butter bissfest kochen.

Die beiden Käsesorten mit Eigelb und Obers verrühren, mit Pfeffer und Muskatnuß abschmecken.

Eine feuerfeste Form mit Butter ausstreichen und mit der Hälfte der geriebenen Zucchini oder dem Blattspinat auslegen. Ein Drittel der Käsecreme daraufgeben und die Hälfte der Spargelstangen darauflegen. Ein weiteres Drittel der Käsecreme auf den **Puppinger Spargel** geben, den restlichen **Puppinger Spargel** darauflegen. Restliche Zucchini oder Spinat in der Form verteilen und den Rest der Käsecreme darübergeben. Kleine Butterflöckchen über die Backform verteilen und im Rohr bei 220 Grad etwa 10 Minuten überbacken und dann zwei bis drei Minuten gratinieren.

Feiner Puppinger Spargeltopf

Zutaten:

0,75 kg grünen und weißen **Puppinger Spargel**
5 Karotten
1 Kohlrabi
Gemüsebrühe
0,2 l Weißwein
2 EL frische Kräuter
500 g Putenschnitzel
1 Zwiebel, Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Putenfleisch in kleine Würfel schneiden und in Öl kräftig anbraten. Die fein gehackte Zwiebel dazugeben und garen, mit Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch herausnehmen und den Bratensaft mit etwas Wasser, Gemüsebrühe und Wein ablöschen. Das in Scheiben geschnittene Gemüse und den **Puppinger Spargel** darin bissfest garen, das Fleisch dazugeben und mit Kräutern würzen.

Spargelstrudel

Zutaten:

1 Pkt. Strudelblätter
500 g Topfen
1 Ei, 1 Dotter
Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker, 1 TL Butter
1/2 Bund Petersilie
500 g weißen und grünen **Puppinger Spargel**
Sauce:
1/4 l Sauerrahm, Saft einer halben Zitrone
1 Bund Schnittlauch

Zubereitung:

Die Strudelblätter auftauen lassen. Den weißen **Puppinger Spargel** ganz, den grünen nur an der unteren Hälfte schälen, die holzigen Enden abschneiden. Dann den **Puppinger Spargel** in kochendem Salzwasser mit Zucker und 1 TL Butter ca. 15 min. kochen, herausnehmen und gut abtropfen lassen.

Petersilie fein hacken und mit Ei, Dotter, Topfen, Salz und Pfeffer vermengen. Schnittlauch fein schneiden und mit Sauerrahm, Zitronensaft, Salz und Pfeffer zu einer glatten, cremigen Sauce verrühren und kaltstellen.

Strudelblätter auflegen, mit zerlassener Butter bestreichen, das zweite Strudelblatt darauflegen und wieder bestreichen. Ein Drittel der Teigfläche mit der Topfenmasse bestreichen, den **Puppinger Spargel** versetzt darauflegen, die Teigränder seitlich einschlagen und zu einem Strudel rollen. Diesen dann mit einem Ei bestreichen, auf ein Backblech setzen und bei 220 °C 20 min. backen.

Spargel mit Paradeisern

Zutaten:

1,25 kg **Puppinger Spargel**
Salz, 1 Prise Zucker, 1 TL Butter
8 Paradeiser, 250 ml passierte Paradeiser
1 Bund Basilikum, 1 kleine Zwiebel
125 g Butter, 1/16 l trockener Wein
80 g frischer Parmesan

Zubereitung:

Paradeiser 10 sek. in kochendes Wasser legen, kalt abschrecken und Haut abziehen. Paradeiser vierteln, entkernen und das Fruchtfleisch kleinwürfelig schneiden. Basilikumblätter fein schneiden. Zwiebel schälen und fein hacken. **Puppinger Spargel** gründlich schälen und holzige Enden wegschneiden. Den **Puppinger Spargel** dann in kochendes Salzwasser mit Zucker und 1 TL Butter bißfest kochen.

Parallel dazu Zwiebel in 1 EL Butter anschwitzen, Paradeiserwürfeln zugeben, mit Wein ablöschen und ein wenig einkochen. Passierte Paradeiser zugießen, mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen und nochmals einkochen. Kalte Butter in kleine Stücke schneiden und in die Sauce rühren. Sauce nicht mehr aufkochen, vom Feuer nehmen und 2/3 des Basilikums einrühren. Paradeissauce auf einer Platte anrichten.

Den Spargel aus dem Fond nehmen, abtropfen lassen und auf der Sauce anrichten. Mit Parmesan und Basilikum bestreut servieren.

Dazu: Petersilerdäpfel, gebratener Schinken

Puppinger Spargeltoast

Zutaten:

1/2 kg **Puppinger Spargel**
Salz, 1 Prise Zucker, 1 TL Butter
4 Scheiben Toastbrot
Butter zum Bestreichen
4 Scheiben gekochter Schinken
4 Scheiben Gouda
2 Tomaten
Salz, Pfeffer, Basilikum
zerlassene Butter

Zubereitung:

Den geschälten **Puppinger Spargel** in kochendem Salzwasser mit Butter und Zucker 20 - 25 min. garen und im Sud auskühlen lassen. Danach **Puppinger Spargel** abtropfen und die Stangen halbieren. Die Brotscheiben toasten und mit Butter bestreichen. Mit den Schinkenscheiben, Spargelstücken und Käsescheiben belegen. Die Tomaten in Scheiben schneiden und darauf verteilen. Mit Salz und Pfeffer würzen, mit zerlassener Butter beträufeln. Im vorgeheizten Grill gratinieren, bis der Käse zu schmelzen beginnt. Mit Basilikum garnieren.

Gratinierter Spargel - Palatschinken

Zutaten:

1 kg **Puppinger Spargel**
Salz, 1 Prise Zucker, 1 TL Butter
1 EL Mehl
6 Eier
Pfeffer
Butterschmalz zum Backen
4 EL geriebener Käse
1/8 l Schlagobers
1 Eigelb
1 EL gehackte Petersilie

Zubereitung:

Den geschälten **Puppinger Spargel** in kochendem Salzwasser mit Butter und Zucker 15 min. garen.
Dann den **Puppinger Spargel** abtropfen lassen.
Mehl mit etwas Wasser glattrühren, Eier zugeben und verquirlen. Dann den Teig mit Salz und Pfeffer würzen und daraus 4 Palatschinken backen.
Diese mit dem **Puppinger Spargel** füllen, in eine ofenfeste Form legen und mit dem Käse bestreuen.
Schlagobers und Eigelb verrühren, darübergießen und bei 225 °C im vorgeheizten Backofen ca. 20 min. gratinieren.

Dazu: Toast und Butter

Spargel gebacken

Zutaten:

1 kg **Puppinger Spargel**
Salz, 1 Prise Zucker, 1 TL Butter
Backteig:
3/16 l trockener Weißwein
200 g glattes Mehl
3 Eier
2 EL zerlassene Butter

Zubereitung:

Für dieses Gericht sollten nur die oberen 10 cm der Spargelstangen verwendet werden. Mit dem Rest könnte man z. B. eine Suppe machen.
Spargel schälen, in kochendes Salzwasser mit Butter und Zucker geben und bissfest kochen. Danach den **Puppinger Spargel** herausnehmen, kalt abschrecken und abtropfen lassen.
Für den Backteig Weißwein mit den Eidottern versprudeln. Mehl und Butter einrühren, mit Salz, Muskat und Zucker würzen. Eiklar zu Schnee schlagen und unterheben.
Backfett auf 180 °C erhitzen. Spargelstücke zuerst in Mehl wenden, dann durch den Backteig ziehen. Dann im heißen Fett schwimmend goldgelb backen, aus dem Fett heben, abtropfen lassen und servieren.

Dazu: Kräuterrahmsauce, Sauce tartare

Grüner Spargel mit Schwammerlsauce

Zutaten:

1 kg grüner **Puppinger Spargel**
Salz, 1 Prise Zucker, 1 TL Butter

Sauce:

125 g Butter, 5 EL Olivenöl
400 g Schwammerl
3 Schalotten, 1/8 l Schlagobers
1 Becher Creme fraîche
1 EL gehackte Petersilie

Zubereitung:

Den **Puppinger Spargel** an der unteren Hälfte schälen und in kochendes Salzwasser mit 1 TL Butter und Zucker geben und bissfest kochen. Anschließend den **Puppinger Spargel** herausnehmen und kalt abschrecken. Für die Sauce Schwammerl putzen, waschen und in gleich große Stücke schneiden. Schalotten ca. 10 min. in Wasser legen, schälen, feinhacken und in der Hälfte der Butter anschwitzen. Schwammerl zugeben, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen und gut durchschwenken. Schlagobers und Creme fraîche einrühren, aufkochen und auf kleiner Flamme cremig einkochen. Sauce vom Feuer nehmen und die Petersilie einrühren. Parallel dazu Olivenöl und restliche Butter in einer großen Pfanne erhitzen. **Puppinger Spargel** zugeben und rundum kurz anbraten, herausheben, gut abtropfen lassen und auf der Schwammerlsauce anrichten.

Dazu: Nudeln

Puppinger Spargelplatte

Zutaten:

1 kg **Puppinger Spargel**
Salz, 1 Prise Zucker, 1 TL Butter
Für das Schinkenrührei:
200 g gewürfelter Bauernschinken
2 EL Butterschmalz
8 Eier , 4 EL Schlagobers
1 Messerspitze Paprika edelsüß
Salz
2 EL gehackte Petersilie

Zubereitung:

Den geschälten **Puppinger Spargel** in kochendes Salzwasser mit Zucker und Butter geben und 20 - 25 min. garen. Anschließend den **Puppinger Spargel** abtropfen lassen, auf einer vorgewärmten Platte anrichten und warm stellen.

Den gewürfelten Schinken in Butterschmalz in einer großen Pfanne anrösten. Die Eier mit dem Schlagobers verquirlen und mit Paprika und Salz abschmecken. Die Petersilie unterrühren. Die Masse auf den Schinken gießen und zu cremigen Rührei stocken lassen. Auf den **Puppinger Spargel** anrichten und sofort servieren.

Dazu: Deftiges Bauernbrot

Spargel mit Weinsauce

Zutaten:

1 kg **Puppinger Spargel**
Salz, 1 Prise Zucker, 60 g Butter
4 Eier
1 Glas Weißwein
60 g Butter

Zubereitung:

Den geschälten **Puppinger Spargel** mit Salz, Zucker und Butter bissfest kochen.
4 Eigelb und ein Glas Weißwein im Wasserbad schaumig rühren und Butter flockenweise einrühren.
Den **Puppinger Spargel** auf einer Platte anrichten und die Weinsauce dazu servieren.

Dazu: knuspriges Stangenweißbrot

Puppinger Spargel mit Nuß-Oberscremesauce

Zutaten:

2 kg **Puppinger Spargel**
Salz, 2 Prisen Zucker, 2 TL Butter
Sauce:
50 g gehackte Nüsse
1 EL Nußlikör
400 ml Schlagobers
50 g Butter
Salz

Zubereitung:

Den **Puppinger Spargel** vom Kopf weg schälen, die holzigen Enden abschneiden und mit Bast in Portionen binden. In kochendem Salzwasser mit Butter und Zucker 20 - 25 min. garen.
Für die Sauce die Nüsse mit Schlagobers auf ein Drittel einkochen, mit kalter Butter vollenden und mit Nußlikör und Salz abschmecken.
Den Spargel herausnehmen, abtropfen lassen, auf heißen Tellern portionsweise anrichten und mit der Nußsauce servieren.

Dazu: In Butter geschwenkte Petersilkartoffeln und ein trockener Grüner Veltliner

Grüner Spargel als feine Beilage

Zutaten:

1 kg grüner **Puppinger Spargel**
Salz, 1 Prise Zucker, 1 TL Butter
1 Knoblauchzehe
1 Zwiebel
3 EL Öl
1 kg Tomaten
2 rote Paprikaschoten
Pfeffer, Salz, Oregano

Zubereitung:

Den Knoblauch und die Zwiebel feinhacken und in einer Kasserolle in Öl so lange dünsten, bis die Zwiebel glasig ist. Die Tomaten inzwischen mit heißem Wasser überbrühen, die Haut abziehen, vierteln und Kerne sowie den Stielansatz entfernen. Die Paprikaschoten putzen, Kerne entfernen und grobwürfeln. Tomatenfleisch und Paprika zu den Zwiebeln geben, gut verrühren und kräftig mit Pfeffer, Salz und Oregano würzen. In der offenen Kasserolle bei milder Hitze 30 min. ziehen lassen. Dabei hin und wieder umrühren.

Inzwischen den **Puppinger Spargel** schälen (nur die untere Hälfte) und in kochendem Salzwasser mit Zucker und Butter 20 - 25 min. garen. Anschließend den **Puppinger Spargel** herausnehmen, abtropfen lassen und auf einer vorgewärmten Platte anrichten.

Die Tomatensauce über den **Puppinger Spargel** gießen und sofort servieren.

Dazu: Lendensteaks vom Rind

Feine Spargeltorte

Zutaten:

1,5 kg **Puppinger Spargel**
Salz, 1 Prise Zucker, 1 TL Butter
1 Packung Tiefkühlblätterteig (300 g)
Mehl zum Ausrollen
200 g gekochter Schinken in Streifen
4 Eigelb, 150 g geriebener Käse
1/4 l Schlagobers
weißer Pfeffer

Zubereitung:

Den geschälten **Puppinger Spargel** in kochendes Salzwasser mit Zucker und Butter geben. 10 Minuten vorkochen. Im Sud abkühlen und auf einem Tuch abtropfen lassen.

Nun den Blätterteig auf Mehl ausrollen. Eine Springform mit 26 cm Durchmesser mit kaltem Wasser ausspülen und mit dem Teig auskleiden. 15 min. ruhen lassen. Anschließend den Teig mehrmals mit einer Gabel anstechen. Den **Puppinger Spargel** einfüllen, die Schinkenstreifen und den geriebenen Käse darauf verteilen.

Eigelb und Schlagobers miteinander verquirlen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und über den **Puppinger Spargel** gießen.

Im vorgeheizten Backofen bei 225 °C auf der mittleren Schiene 45 min. backen.

Heiß servieren.

Dazu: Ein nicht zu trockener Weißwein

Kalbsfilet mit Spargel

Zutaten:

4 Scheiben Kalbsfilet (600 g)
Salz, Pfeffer
500 g grüner **Puppinger Spargel**
3 EL Butter, 1 Prise Zucker
24 Hummerkrabbenschwänze

Sauce:

75 g Butter, 1 Eigelb
1 EL Weißwein
1/2 Bund Petersilie
1-2 TL Tomatenmark
Zitronensaft

Zubereitung:

Den **Puppinger Spargel** an der unteren Hälfte schälen, in kochendes Wasser mit 1 TL Butter und 1 Prise Zucker geben. Den **Puppinger Spargel** 5 - 10 min. garen.

Die Butter in einem Topf zerlassen, ohne daß sie eine Farbe annimmt. Eigelb und Weißwein schaumigrühren, am besten im lauen Wasserbad, so wird es am lockersten. Die leicht abgekühlte, zerlassene Butter nach und nach unter die Eimasse schlagen. Tomatenpüree und Petersilie unterziehen und die Sauce mit Pfeffer, Salz und Zitronensaft abschmecken. Warmhalten.

Die Hummerkrabbenschwänze in Salzwasser etwa 8 min. kochen. Herausnehmen und abtropfen lassen. Die Butter für den Spargel zerlassen und den **Puppinger Spargel** unter Schwenken aufwärmen.

Die Filets mit der Hand leicht klopfen und von jeder Seite 2 - 2 ½ min. braten. Die Kalbsfilets auf einer vorgewärmten Platte anrichten, jeweils 1 EL Sauce über die Filets verteilen und mit dem **Puppinger Spargel** und den Hummerkrabbenschwänzen umlegen.

Dazu: Ein nicht zu trockener Weißwein

Spargel in der Kartoffelhülle

Zutaten:

800 g **Puppinger Spargel** (auch Bruch möglich)
800 g Kartoffeln
2 Eier
Salz
75 g Mehl
100 g gekochter Schinken
Muskat, Schnittlauch
Butterschmalz

Zubereitung:

Den **Puppinger Spargel** schälen, in 5 cm lange Stücke schneiden, bissfest kochen und abtropfen lassen.

Die gekochten Kartoffeln passieren, Eier, Salz, Mehl und Muskat dazugeben du verkneten. Den Teig circa einen Zentimeter dick ausrollen und Rechtecke schneiden.

Den **Puppinger Spargel** und gewürfelten Schinken darauf verteilen, übereinanderschlagen und festdrücken.

Butterschmalz erhitzen und die Rechtecke auf jeder Seite goldgelb braten. Mit Schnittlauch bestreuen.

Spargel aus dem Backofen wenn Gäste kommen

Zutaten:

1 kg **Puppinger Spargel**
Salz, 1 Prise Zucker, 1 TL Butter
250 g roher Schinken
1 Paket Blätterteig

Sauce:

1/4 Spargelsud
1/8 l Milch, 1/8 l Schlagobers
3 Eigelb, 4 EL geriebener Emmentaler
Salz, Pfeffer
2 hartgekochte Eier, 1 Bund Petersilie

Zubereitung:

Eine ofenfeste Auflaufform kalt wässern und mit dem dünn ausgerollten Blätterteig auslegen. Den Blätterteig im vorgeheizten Backrohr 20 - 25 min. backen.

In der Zwischenzeit den **Puppinger Spargel** schälen, Spargelschalen und Abschnitte ins kochende Salzwasser geben, Zucker und Butter einrühren und den gebündelten **Puppinger Spargel** je nach Dicke 20 - 25 min. garen lassen. Danach den **Puppinger Spargel** herausnehmen und abtropfen lassen. Den Spargelsud auffangen.

Spargelsud, Milch und Obers miteinander verrühren, die verquirlten Eigelb unterziehen und den Käse einrühren. Die Sauce unter Rühren mit dem Schneebesen bei milder Hitze etwas eindicken lassen.

Puppinger Spargel und Schinken schichtweise in die Blätterteigkruste füllen, mit der Sauce übergießen und im vorgeheizten Ofen bei 225 °C 5 - 7 min. gratinieren lassen. Den fertigen **Puppinger Spargel** mit Eivierteln und Petersilie garniert servieren.

Dazu: spritziger Weißwein oder würziges Pils

Puppinger Spargel-Laibchen

Zutaten:

1 kg **Puppinger Spargel**
Salz, Zucker, Butter
3 Eier
50 ml Obers
100 ml Milch
Pfeffer, Muskat
Schnittlauch, Petersilie
125 g Mehl
Butterschmalz

Zubereitung:

Puppinger Spargel schälen und in 2 bis 3 cm große Stücke schneiden und in Salzwasser mit Zucker und Butter bissfest kochen - abtropfen lassen. Eier, Obers, Milch, Salz, Pfeffer, Muskat und Kräuter verquirlen, Mehl darüber sieben und unterrühren. Teig circa 30 Minuten rasten lassen und die Spargelstücke unterheben. Butterschmalz erhitzen und die Spargellaibchen backen.

Empfehlung: besonders delikats als Beilage zu Fisch

Spargelcremesuppe

Zutaten:

500 g **Puppinger Spargel**
Salz, 1 Prise Zucker
30 g Butter, 30 g Mehl
2 Suppenwürfel, 1 Eigelb
1/8 l Schlagobers
Pfeffer, Muskat

Zubereitung:

Den **Puppinger Spargel** schälen, die holzigen Enden abschneiden und beiseite stellen. In einem hohen Topf so viel Wasser mit etwas Salz und 1 Prise Zucker zum Kochen bringen, daß die Spargelstangen zur Hälfte bedeckt darin stehen können. Die Spargelstangen bündeln und in das kochende Wasser stellen. Zugedeckt 10 - 15 min. weich garen.

Den **Puppinger Spargel** herausgeben und die Kochflüssigkeit abmessen. Es sollten ca. 800 ml sein. Wenn notwendig mit etwas heißem Wasser auffüllen.

In einem getrennten Topf die Spargelenden mit etwas Wasser bedeckt so lange kochen, bis sie weich sind (mind. 30 min.).

Die Butter in einem Suppentopf zerlassen. Das Mehl einstauben und unter Rühren etwas anschwitzen. Von der Kochstelle nehmen und das Kochwasser angießen. Mit dem Schneebesen kräftig schlagen und bei mäßiger Hitze zum Kochen bringen. Die Suppenwürfel hineinbröseln und unter Rühren auflösen. Die Spargelköpfe abschneiden und beiseite stellen. Die restlichen Spargelstangen mit den weichgekochten Enden im Mixer pürieren. Zu der eingedickten Brühe geben und einmal aufkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und 1 Prise Zucker abschmecken. Die Suppe von der Kochstelle nehmen.

Das Eigelb mit der Sahne verrühren und unterziehen. Zum Schluß die Spargelköpfe hineingeben und in der Suppe erwärmen. Nicht mehr kochen. Nach Wunsch mit etwas Weißwein abschmecken.

Geflügel-Spargelsalat

Zutaten:

750 g **Puppinger Spargelspitzen gekocht**
250 g gekochtes Geflügelfleisch
1 kleine Dose Ananasstücke
3 EL Mayonnaise
4 EL geschlagenes Obers
Zitronensaft, Salz, Curry
einige Salatblätter

Zubereitung:

Alle Zutaten vermischen, Mayonnaise und Obers unterziehen.

Spargel in Weißwein - Sauce

Zutaten:

1 kg **Puppinger Spargel**
Salz, 1 Prise Zucker, 1 TL Butter

Sauce:

200 g roher Schinken
150 g Butter
1/2 l Weißwein
Pfeffer, Salz

Zubereitung:

Den **Puppinger Spargel** schälen, die holzigen Enden abschneiden, zu einem Bündel binden und mit den Köpfen nach oben in einem hohen Gefäß in kochendem Salzwasser mit Salz, 1 Prise Zucker und 1 TL Butter ca. 20 - 30 min. knackig garen. Während der **Puppinger Spargel** kocht, den Schinken in dünne Streifen schneiden und in 50 g Butter bei milder Hitze andünsten, aber nicht braten.

Den Wein aufgießen und unter Rühren einkochen, bis die Sauce andickt ist.

Den gegarten **Puppinger Spargel** herausnehmen, gut abtropfen lassen und die Fäden entfernen.

In einer großen Pfanne die restliche Butter zerlassen, den **Puppinger Spargel** hineinlegen und vorsichtig darin schwenken.

Den **Puppinger Spargel** auf einer vorgewärmten Platte anrichten und mit der Weißweinsauce übergossen sofort servieren.

Dazu: knuspriges Stangenweißbrot

Roher Spargelsalat

Zutaten:

800 g grüner **Puppinger Spargel**
1 Kopf rotblättriger Salat (Lollo Rosso)
1 roter Paprika, 2 Tomaten, 1 Bund Lauchzwiebeln
300 g kleine Kartoffeln (ca. 3 cm Durchmesser)

Sauce:

6 EL Rapsöl, 2 EL Weinessig
Saft einer Zitrone
1 Zwiebel, Salz, Pfeffer
1 Bund Petersilie

Zubereitung:

Vom **Puppinger Spargel** werden nur die Köpfe mit ca. 6 cm Länge verwendet. Den **Puppinger Spargel** 5 - 10 min. garen und abkühlen lassen. Salatblätter waschen, Paprika und Tomaten in Würfeln, Lauchzwiebeln in feine Ringe schneiden. Kartoffeln kochen und schälen. Alle Zutaten auf einer Salatplatte anrichten. Für die Sauce Öl, Essig und Zitronensaft mit feingehackter Zwiebel, Salz, Pfeffer und Petersilie vermengen und über dem angerichteten Salat verteilen.

Spargel - Erdäpfel - Auflauf

Zutaten:

1 kg grüner **Puppinger Spargel**
800 g festkochende Kartoffeln
300 g gekochter Schinken
etwas Butter
300 g Creme fraîche
Salz, Pfeffer
1 Knoblauchzehe
100 g geriebener Emmentaler

Zubereitung:

Den **Puppinger Spargel** an der unteren Hälfte schälen, in 3 - 4 cm lange Stücke schneiden und in siedendem Salzwasser 5 - 10 min. garen und erkalten lassen.

Kartoffeln waschen und kochen, mit kaltem Wasser abschrecken und schälen. Etwas abgekühlt dann die Kartoffeln in dünne Scheiben schneiden. Den Schinken klein würfeln.

Eine feuerfeste Form ausbuttern und die Spargelstücke mit Kartoffelscheiben und Schinken schichtweise in die Form geben. Creme fraîche mit Salz, Pfeffer und gepreßtem Knoblauch würzen und über dem Auflauf verteilen.

Zuletzt den geriebenen Emmentaler darüberstreuen und im vorgeheizten Backofen bei 180 - 200 °C ca. 20 min. backen.

Spargelgröstl

Zutaten:

500 g dünner, grüner **Puppinger Spargel**
Salz, Zucker, Pfeffer
einige Schalotten
Obers, Petersilie, 2 EL Weißwein
Olivenöl

Zubereitung:

Den **Puppinger Spargel** in kleine Stücke (etwa 1/2 cm) schneiden und in Olivenöl scharf anbraten. Fein geschnittene Schalotten dazugeben, mit Weißwein und etwas Obers aufgießen. Mit Salz, Zucker und Petersilie würzen.

Spargel auf Klosterart

Zutaten:

600 g **Puppinger Spargel**

Salz, 1 Prise Zucker, 1 TL Butter

Sauce:

70 g Butter

1/4 l herber Weißwein

Salz, Zucker

3 Eidotter

1/4 l Schlagobers

Dill und gehackte Petersilie zum Garnieren

Zubereitung:

Den **Puppinger Spargel** schälen und die holzigen Enden abschneiden. Salzwasser mit 1 Prise Zucker und 1 TL Butter zum Kochen bringen und den **Puppinger Spargel** 15 - 20 min. weichkochen.

Während der Spargel kocht, bereitet man die Sauce vor:

Die Butter erwärmen, einmal aufschäumen lassen, den Weißwein dazugießen und mit Salz und Zucker abschmecken. Die Sauce vom Feuer nehmen und noch heiß mit den Eidottern legieren. Anschließend rasch 1/4 l steifgeschlagenes Obers darunterziehen.

Der gekochte **Puppinger Spargel** wird auf einer vorgewärmten Platte aufgelegt, mit der Sauce übergossen mit den Kräutern garniert und gleich zu Tisch gebracht.

Raffinierter Eier-Spargelsalat

Zutaten:

1 kg **Puppinger Spargel**

Salz, Zucker, Butter

4 Eier

1 Dose Mandarinen/Orangen

Frühlingszwiebeln

MARINADE:

5 EL Mayonnaise

5 EL Obers

1 TL Zucker, 1 EL Senf

Salz, Pfeffer, 1 EL Zitronensaft

1 Knoblauchzehe

Zubereitung:

Puppinger Spargel schälen und in 5 cm Stücke schneiden und im Salzwasser mit Zucker und Butter bissfest kochen, auskühlen und abtropfen lassen.

Die Eier kochen, Mandarinen abtropfen lassen, Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden. Mayonnaise, Obers, Zucker, Senf, Salz, Pfeffer und Zitronensaft glattrühren. Knoblauchzehe in die Sauce mischen. Eier in Scheiben schneiden. **Puppinger Spargel**, Eier, Mandarinen, Frühlingszwiebeln auf den Tellern verteilen und die Sauce darübergeben.

Dazu: frisches Bauernbrot

Spaghetti mit Spargel

Zutaten:

300 g Schlagobers
800 g grüner **Puppinger Spargel**
300 g gekochter Schinken
Salz, Pfeffer
2 EL Tomatenmark
2 Eigelb
400 g Spaghetti

Zubereitung:

Schlagobers zum Kochen bringen.
Geputzten Spargel (nur an der unteren Hälfte schälen) in 2 cm lange Stücke schneiden und in Salzwasser 5 - 10 min. garen.
Kleingewürfelten Schinken und Spargel zum Obers geben, mit Salz und Pfeffer würzen, Tomatenmark unterrühren und mit Eigelb legieren.
Spaghetti al dente kochen und mit der heißen Spargelsauce servieren.

Spargel - Schinkensalat mit Pilzen

Zutaten:

400 g **Puppinger Spargel**
1 TL Butter, 1/2 Salatgurke
200 g Preßschinken
3 Paradeiser
200 g eingelegte Champignons
2 hartgekochte Eier
5 EL Zitronensaft, 5 EL Öl
Salz, Pfeffer, Zucker

Zubereitung:

Den **Puppinger Spargel** schälen, die holzigen Enden abschneiden, zu einem Bündel binden und mit den Köpfen nach oben in einem hohen Gefäß in kochendem Salzwasser mit Salz, 1 Prise Zucker und 1 TL Butter ca. 20 - 30 min. weichkochen. Dann nimmt man den **Puppinger Spargel** vorsichtig heraus und läßt ihn erkalten.
Die hartgekochten Eier in Sechstel teilen. Den Schinken feinnudelig schneiden. Die Gurke schälen, halbieren, Kerne herausnehmen und in 1 cm breite Streifen schneiden.
Das Öl mit dem Zitronensaft, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker glatt verrühren. Den **Puppinger Spargel** in 3 cm lange Stücke schneiden, alle Zutaten mit der Marinade vermischen und 20 min. ziehen lassen. Der Salat wird in einer Schüssel angerichtet und mit den Eisechsteln garniert.

Spargel mit Kräutersauce einfach gut

Zutaten:

500 g **Puppinger Spargel**
Salz, 1 Prise Zucker, 1 TL Butter

Sauce:

1 Bund Schnittlauch
1 Bund Petersilie
200 g Creme fraiche
150 g Naturjoghurt
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Den **Puppinger Spargel** sorgfältig schälen und die holzigen Enden abschneiden. Salzwasser mit Zucker und Butter zum Kochen bringen und den **Puppinger Spargel** darin ca. 20 - 30 min. garen. Anschließend den **Puppinger Spargel** im Wasser warmhalten.

Kräuter waschen und fein schneiden, Creme fraiche mit Joghurt verrühren, die Kräuter untermischen und würzen.

Den **Puppinger Spargel** auf einer vorgewärmten Platte anrichten und mit der Sauce servieren.

Grüner Spargel in Kräutermarinade

Zutaten:

600 g grüner **Puppinger Spargel**
Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker
1/16 l Weinessig
1/16 l Olivenöl
1 Bund Petersilie
1 Bund Schnittlauch

Zubereitung:

Den **Puppinger Spargel** sorgfältig schälen (nur die untere Hälfte). Salzwasser mit etwas Zucker versehen und darin den Spargel ca. 15 min. garen. Danach vom Feuer nehmen und im eigenen Sud erkalten lassen. Petersilie und Schnittlauch waschen und fein hacken. Aus Weinessig, Olivenöl, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker bereitet man eine Marinade. Anschließend die gehackten Kräuter begeben und mit einem Teil des Spargelsuds verdünnen. Nun richtet man den erkalteten **Puppinger Spargel** in einer Schüssel an, übergießt ihn mit der Marinade und läßt den **Puppinger Spargel** im Kühlschrank mind. 1 Stunde durchziehen.

Dazu: Weißbrot