

Hier sind sie: Die leckeren Rezepte zum Nachkochen aus dem LZplay Video vom Küchenmeister André Schneider von der Lüneburger „kochgut“ Kochschule. Wir wünschen gutes Gelingen und guten Appetit!

Hollandaise -Schnelles Rezept

Sauce Hollandaise ist DIE klassische Soße zu gekochtem Spargel. Sie passt aber auch zu jedem gekochtem Gemüse, gekochten Eiern, zu kurzgebratenem Filet oder zum Gratинieren. Und auch wenn „Sauce Hollandaise“ übersetzt so viel bedeutet wie „holländische Sauce“: Die Sauce Hollandaise gehört zu den Grundrezepten der klassisch französischen Küche. Sauce Hollandaise aus der Tüte ist zwar schnell angerührt, die echte selbstgemachte Sauce Hollandaise ist dem Fertigprodukt aber geschmacklich weit überlegen. Überzeugen Sie sich selbst!

Zutaten für 4 Personen

2	Eigelbe
gute Prise	Salz
gute Prise	Zucker
evtl. mini Prise	Cayenne Pfeffer
Saft	einer ½ Zitrone
ca. 50 ml	Weißwein
180-220 ml	Butter

Vorbereitung: Kleinen Topf mit ein wenig Wasser füllen. Eine passende Aufschlag Schüssel bereitstellen. Die Butter im Topf erhitzen (das Fett löst sich von der Molke und das Fett schwimmt oben auf). Ca. 2 Min. stehen lassen, so dass sich die Molke unten absetzt. Die Zitrone pressen, alle weiteren Zutaten bereitstellen.

Zubereitung: Das Wasser im Topf erhitzen. Eigelbe, Salz, Zucker, Zitronensaft und evtl. Cayenne Pfeffer in die Aufschlag Schüssel geben. Mit einem Schneebesen luftig aufschlagen, ca. 30 Sec. Weißwein hinzufügen. Die Schüssel mit allen Zutaten auf den Topf mit dem kochenden Wasser setzen, dabei ständig weiterschlagen, weitere 30 Sec. Die Ei-Weißweinsmischung darf nicht zu heiß werden, sonst stockt das Ei. Während des Schlagens tropfenweise, dann im dünnen Faden das Fett der Butter dazugeben, bis eine Emulsion entsteht. Den Topf mit Wasser ausstellen, die entstandene Hollandaise möglichst sofort servieren, kann bis zu 10-15 Min. warm gehalten werden. Zwischendurch kurz aufschlagen. Zum Schluss nochmals abschmecken.

Spargel im Backpapier gegart

Zutaten für 2 Personen

600-800 g	Spargel, geschält
1 EL	Butter
Prise	Salz
Prise	Zucker
Spritzer	Zitronensaft
Backpapier, ca. Größe eines Backbleches	

Zubereitung: Den Backofen auf 180 °C vorheizen. Backpapier auslegen. Den geschälten Spargel mittig vom Backpapier platzieren, Butter Flocken darauf verteilen, mit Salz, Zucker und ein paar Spritzer Zitronensaft würzen. Den Spargel durchmischen, so dass sich die Gewürze gut verteilen können/ letztendlich liegt der Spargel als Bündel sortiert wieder auf dem Papier. Nun das Backpapier einschlagen, ebenso rechts und links einklappen, so dass keine Feuchtigkeit und Flüssigkeit entweichen kann. Ähnlich wie ein Geschenk oder Bonbon eingepackt. Das Spargel Päckchen jetzt im vorgeheizten Backofen, mittlere Schiene, Umluft für ca. 20 Min. garen lassen. Je nach Stärke/ Dicke der Spargelstangen kann es um 2-3 Min. variieren.

Tipp: Funktioniert auch auf einem verschließbaren Grill/ Kugel Grill, dabei immer darauf achten, nicht direkt auf die Glut Stelle legen.

Weiterer Tipp: Zum Spargel passt am besten eine selbstgemachte Hollandaise sowie milder roher Schinken und gekochter Schinken. Schnitzel, Lachs und kleine Heidekartoffeln.

Mediterraner Spargelsalat

Zutaten für 4 Personen

600 g	Weißer Spargel
400 g	grüner Spargel
12	Cherry Tomaten
ca. 4 EL	Pinien- und Pistazien Kerne
2 EL	Kapern
2 Bund	Rucola
1 Topf	Blutsauerampfer
1	rote Zwiebel
100g	Parmesan, grob gerieben
2 EL	Oliven, kernlose
4-6 EL	Bärlauch Pesto, selbstgemacht
Gewürze:	Meersalz, Pfeffer, Olivenöl

Zubereitung: Die Pistazien- und Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl leicht anrösten. Den Spargel schälen, den weißen Spargel ganz, vom grünen Spargel das untere Drittel. Die Spargelstangen in ca. 5 cm lange Stücke, sehr schräg schneiden. Nun das Bärlauch Pesto herstellen (Bärlauch, Sonnenblumenöl, Salz, Pfeffer, Parmesan und Pinienkerne). Den Rucola- und Feldsalat putzen, die Cherry Tomaten halbieren, rote Zwiebel dünn schneiden, Oliven und Kapern bereitstellen. Den Parmesan mit dem Sparschäler grob reiben. Die weißen und grünen Spargel Stücke in Öl und Butter leicht anbraten, für ca. 2 Min. 2 EL Bärlauch Pesto hinzufügen. Eine Schüssel bereitstellen. Darin Rucola, Feldsalat, die Tomaten und Oliven geben. Nun den gebratenen Spargel aus der Pfanne zum Salat geben, kurz durchmischen und auf einem Teller anrichten. Mit den restlichen Zutaten Parmesan, Bärlauch Pesto und Kapern ausgarnieren.