Artikel vom 26.03.2025 · Ausgedruckt am 13.11.2026, 00:50 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/spargel-mit-baerlauch-sauce

Spargel mit Bärlauch-Sauce



Foto: BVEO/Ariane Bille

Zutaten (für 2 Portionen):

300 g Kartoffeln

500 g Spargel

50 g Bärlauch

2 EL Olivenöl

125 g Butter

Schale von ½ Biozitrone

3 EL Zitronensaft

2 Eigelb

1 Prise Salz und Pfeffer

6 Scheiben Schinken

5 essbare Blüten

Zubereitung:

Kartoffeln etwa 20 Minuten in Salzwasser gar kochen. Einen großen Topf mit Salzwasser für den Spargel zum Kochen bringen und währenddessen den Spargel gründlich schälen. Untere holzige Enden abschneiden. Wer will hebt sie zusammen mit den Schalen für eine Spargelsuppe auf. Spargel je nach Dicke etwa 15 Minuten garen.

Inzwischen die Bärlauch-Sauce zubereiten: Bärlauch waschen und zusammen mit Olivenöl mit einem Pürierstab zerkleinern. Butter mit Bärlauch in einem kleinen Topf schmelzen und gut vermischen. Eigelbe mit Zitronenschale und Zitronensaft in einen hohen Mixbecher geben und die Bärlauch-Butter dazugeben. Mit dem Pürierstab von unten nach oben zu einer cremigen Sauce mixen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Kartoffeln pellen und zusammen mit dem Spargel auf Teller verteilen. Schinken einrollen und ebenfalls auf die Teller geben. Bärlauch-Sauce über den Spargel geben und mit essbaren Blüten garniert genießen.

BVEO