

Rezept der Woche

Sonnenverwöhnter Frühlingsspargel – grüner Garlipp-Spargel auf Pasta-Nest



Zutaten für 2 Personen

- 250 g Nudeln in Kelchform
- 700 g grüner Spargel geschält
- Salz
- 1 EL Butter
- 1 gestrichener EL Mehl
- 1 Knoblauchzehe (fein gehackt)
- 1/2 kleine Zwiebel (fein gewürfelt)
- 1 Becher (ca. 150-200 g) Kräuterfrischkäse
- Etwas Spargelwasser (vom Kochen des Spargels)
- Kräutersalz
- Pfeffer
- Eine Prise Muskatnuss
- Ca. 6-8 Cocktailtomaten
- Eine Handvoll Rucola (gehackt)
- Einige Stiele Petersilie (gehackt)
- Frischer geriebener Gouda (oder Bergkäse/Parmesan)
- 1-2 EL Kürbiskerne (gehackt)

Grüner Garlipp-Spargel auf Pasta-Nest

Spargel vorbereiten: Den geschälten grünen Garlipp-Spargel waschen und in 2-3 cm große Stücke schneiden.

Spargel kochen: In einem Topf ausreichend Salzwasser zum Kochen bringen. Die Spargelstücke hinzufügen und 3-5 Minuten bissfest kochen. Achten Sie darauf, dass der Spargel seine leuchtend grüne Farbe behält. Anschließend den Spargel mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben und beiseitestellen. Das Spargelwasser aufheben.

Nudeln kochen: Im gleichen Spargelwasser (bei Bedarf noch etwas Salz hinzufügen) die Kelch-Nudeln nach Packungsanweisung al dente (bissfest) kochen.

Mehlschwitze und Aromen: In einer großen Pfanne (oder Wok) die Butter bei mittlerer Hitze schmelzen. Das Mehl einrühren und unter ständigem Rühren hellgelb anschwitzen (Mehlschwitze). Nun die fein gehackte Knoblauchzehe und die fein gewürfelte Zwiebel hinzufügen und kurz mitbraten, bis die Zwiebel glasig ist und lecker duftet.

Cremige Kräutersoße: Den Kräuterfrischkäse in die Pfanne geben und unter Rühren schmelzen lassen, bis eine cremige Soße entsteht. Bei Bedarf etwas vom

aufgefangenen Spargelwasser hinzufügen, um die gewünschte Konsistenz zu erreichen. Mit Kräutersalz, Pfeffer und einer Prise Muskatnuss abschmecken. Achten Sie darauf, nicht zu viel Salz hinzuzufügen, da der Kräuterfrischkäse bereits gewürzt ist.

Vermengen im Wok: Die gekochten Nudel-Kelche und die bissfesten Spargelstücke zur Kräuterfrischkäse-Soße in die Wokpfanne geben. Alles vorsichtig, aber gründlich vermengen, sodass die Nudeln und der Spargel gleichmäßig von der Sauce überzogen sind.

Tomaten hinzufügen: Die 6-8 roten Cocktailtomaten hinzufügen und nur ganz kurz unterrühren, sodass sie warm werden, aber nicht aufplatzen.

Anrichten: Auf tiefen Tellern anrichten. Den gehackten Rucola und die Petersilie über den Boden der Teller streuen oder seitlich anlegen und die Pasta-Spargel-Mischung darauf geben.

Topping: Mit frisch geriebenem Gouda (oder nach Wahl Bergkäse oder Parmesan) bestreuen und mit den gehackten Kürbiskernen garnieren.

Guten Appetit!

 **Garlipp-Spargel**

aus Schelldorf bei Stendal
www.garlipp-spargel.de • Tel. 03 93 62 - 8 11 27

Wir schälen Ihren Spargel kostenlos!

Sie erhalten von 1 kg Spargel mindestens 700 g geschälte Stangen und 300 g Schalen (auf Wunsch).