Spargel auf badische Art

Zutaten (4 Personen)

» 2kg Spargel (weiß)
» Salz
» 1 Prise Zucker
» 3 EL Butter/Margarine
» 150g Mehl
» 375ml Milch
» 4 Ei(er)
» 200g Kochschinken
» 200g Lachsschinken

Bewertung

Beschaffung
in jedem Discounter

Kosten
6-10€

Zubereitungszeit
31-60min

Zubereitung

1. Spargel waschen und unter dem Kopf beginnend sorgfältig schälen. Enden abschneiden, darauf achten, dass alle Stangen ungefähr gleich lang sind.

2. Den Spargel in Portionen teilen und mit Küchengarn zu Bündeln schnüren. Wasser mit Salz, etwas Zucker und 1EL Butter zum Kochen bringen. Die Spargelbündel hineingeben und 15-20min garen.

3. Für die Pfannkuchen Mehl, Milch, Eier und Salz zu einem glatten Teig verrühren. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen und so viel Teig hineingeben, dass der Boden gerade bedeckt ist. Den Teig wie für einen Pfannkuchen auf einer Seite goldgelb backen. Dann umwenden, in Stücke zerreißen und unter Schwenken knusprig backen. Übrigen Teig ebenso backen.

4. Den Spargel aus dem Sud heben, abtropfen lassen. Das Küchengarn entfernen und die Stangen auf Tellern anrichten. Die Pfannkuchenstücke und den rohen sowie gekochten Schinken dazu anrichten. Als Krönung dazu passt eine Sauce hollandaise.

Nährwerte: 515kcal/E43g/F18g/KH43g pro Portion

angelegt am: 20.01.2005 Rezept-Nr: 1416

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke