



Rezept: 1/2019



Überbackener Spargel

Spargel putzen, waschen und in Salzwasser ca. 15 Min. mit etwas Zucker garen. Aus dem Topf nehmen und gut abtropfen lassen.

Eine feuerfeste Form mit Margarine auspinseln. Spargel in die Form schichten. Schinken in lange, dünne Streifen schneiden und die Hälfte auf die Spargelstangen legen.

Eier schaumig rühren. Diese Soße über den Spargel gießen.

Dann die restlichen Schinkenstreifen über dem Spargel verteilen und das Gericht im vorgeheizten Ofen etwa 10 Minuten überbacken.

Die Form aus dem Ofen nehmen und mit einem Untersatz sofort auf den gedeckten Tisch setzen.

Den überbackenen Spargel mit gehacktem Dill und Tomatenstückchen garnieren.

Zubereitungszeit ca. 30 Min

Zutaten

für 4 Personen:

- | | |
|---------------------------------------|-----------------------|
| - 1 kg Spargel, weißer | - 2 EL Butter |
| - Salz, Zucker, Margarine | - 3 EL Käse, gerieben |
| - 250 g Schinken, roher | - 1 Bund Dill |
| - 3 Eier | - 2 Tomaten |
| - 1/8 Liter süße Sahne, ungeschlagene | |



Rezept: 2/2019



Farfalle Spargel Auflauf

Die Farfalle nach Packungsanleitung kochen. Auflaufform fetten.

Spargel waschen und schälen dann den Spargel in 3-4 cm große Stücke schneiden.

Danach werden die Frühlingszwiebeln in feine Ringe geschnitten. Der Knoblauch wird fein gehackt und mit den Frühlingszwiebeln in einer kleinen Pfanne kurz mit etwas Öl angeschwitzt.

2 Minuten vor Ende der Nudelkochzeit werden die Spargelstücke in das Kochwasser der Nudeln gegeben, alles bis zum Ende der Garzeit im Topf lassen. Danach alles abgießen und entweder in einen Topf, oder eine Schüssel geben. Alles mit etwas Öl vermengen. Zu diesem Zeitpunkt schon mal den Backofen auf 170 Grad vorheizen.

Nun wird die Sahne mit dem Bärlauchpesto vermengt und der Parmesan gerieben. Zwei Drittel des Parmesan werden in die Sahne-Bärlauchcreme gegeben und alles wird noch mit Pfeffer und Salz gewürzt, danach alles glatt gerührt.

Nun werden die Frühlingszwiebeln und der Knoblauch noch heiß zu den Farfalle in den Topf gegeben und alles mit der Parmesan-Sahne-Bärlauchcreme übergossen und verrührt. Jetzt wird alles in die Auflaufform gegeben, mit dem restlichen Parmesan bestreut und auf der mittleren Schiene ca 25 Minuten überbacken.

Zubereitungszeit ca. 20 Min

Zutaten

für 4 Personen:

- 200 g Farfalle (Vollkorn)
- 150 g Parmesan
- 500 g Spargel
- Salz und Pfeffer
- 80 g Sahne
- 1 EL Sonnenblumenöl,
oder Olivenöl
- 2 EL Bärlauchpesto,
alternativ Basilikum-Pesto
- Fett, für die Auflaufform
- 2 Frühlingszwiebeln
- 1 Knoblauchzehe



Rezept: 3/2019



Weißer Spargel mit Butterbrösel

Den Spargel schälen und die unteren Enden abschneiden.

Wasser mit einer Prise Salz und Zucker aufkochen, den Spargel einlegen und bissfest kochen.

Die Eier schälen und grob hacken. Die Butter bis zum Aufschäumen erhitzen, die Brösel dazugeben und goldgelb rösten, dabei öfter umrühren.

Die Brösel mit den Eiern und der Petersilie vermischen und mit Salz würzen.

Den Spargel abgießen und mit den Bröseln anrichten.

Zubereitungszeit: ca.30 Min.

Zutaten

für 4 Personen:

- 1 kg Spargel, weißer
- 2 große Eier, hart gekocht
- 3 Eßl. Butter
- 100 g Semmelbrösel
- 1 EL Petersilie
- Etwas Salz
- Etwas Zucker
- n. B. Wasser



Rezept: 4/2019



Marinierter Spargel mit Kirschtomaten und gehobeltem Parmesan

Spargel waschen und schälen. Einen Topf mit Wasser zum kochen bringen.

Wasser mit Salz würzen. Den Spargel dann bissfest garen und sofort in Eiswasser abkühlen.

Kirschtomaten putzen und halbieren.

Je eine Prise Salz, Zucker und Pfeffer mit dem Zitronensaft in einer Schüssel vermengen.

Nun das Öl dazu geben und mit dem Schneebesen verrühren.

Spargel und Tomaten mit der Vinaigrette marinieren.

Nun zuerst beides auf den Teller geben und den Parmesan großzügig darüber hobeln.

Zubereitungszeit: ca. 30 Min.

Zutaten

für 4 Personen:

- 1 kg Spargel
- 1 Schälchen Kirschtomaten
- 50 ml. Olivenöl

- 1 Zitrone, den Saft
- Salz, Pfeffer, Zucker
- 50 g Parmesan



Rezept: 5/2019



Erdbeerquark mit frischen Erdbeeren

Erdbeeren waschen, von grün befreien und vierteln.

Erdbeeren in gleichen Mengen auf zwei Schüsseln verteilen. ½ Zitrone auspressen, Zitronensaft in eine Schüsseln mit Erdbeeren geben, verrühren und beiseite stellen. Ei trennen, Eiweiß anderweitig verwenden.

Quark, Eigelb, Zucker, Vanillemark, Milch und die restlichen Erdbeeren in einem Mixer geben und für 2 Min. auf mittlerer Stufe mixen, bis die Creme schaumig ist.

Erdbeerquark auf kleine Teller oder Schüsseln geben und die Erdbeeren mit Zitronensaft über den Quark geben.

Der Erdbeerquark wird am besten gekühlt serviert, das macht ihn an heißen Tagen zu einem absolut erfrischenden Highlight.

Zubereitungszeit: ca. 15 Min.

Zutaten

für 4 Personen:

- 500 g frische Erdbeeren
- 250 g Speisequark
- ½ Bio Zitrone
- 1 Ei
- 1 Vanilleschote
- 50 g Zucker
- 1 Tasse Milch



Rezept: 6/2019



Balsamico-Erdbeer-Essig

Die Erdbeeren waschen, vierteln und in eine saubere Flasche geben.

Den Balsamico dazugießen.

Die Flasche verschließen und den Essig an einer sonnigen Stelle 4-5 Wochen ziehen lassen.

Ab und zu durchschütteln.

Nach dieser Zeit durch ein Sieb in eine schöne verschließbare Flasche abfüllen.

Schmeckt sehr gut zu grünem Salat und Spargelsalat.

Zubereitungszeit: ca. 10 Min.

Zutaten

für 4 Personen:

- 0,7 Liter Balsamico, weißer
- 500 g Erdbeeren



Rezept: 7/2019



Spargel gegrillt

Den Spargel schälen und mit allen Zutaten in eine Alufolie packen.

Eignet sich hervorragend als Beilage zu Fleisch aber auch solo zum genießen.

Auf dem Grill 15-20 Minuten garen.

Zubereitungszeit: ca. 5 Min.

Der Spargel gart im eigenen Saft und braucht durch den geriebenen Käse auch keine extra Soße.

Zutaten

für 4 Personen:

- 4 Stangen Spargel
- 10 g Butter
- 2 Eßl. Käse
(geriebenen Edamer)
- 1 Spritzer Zitronensaft
- 1 Prise Zucker
- Salz und Pfeffer



Rezept: 8/2019



Pasta mit Spargel und Karottenstreifen

Die Pasta in Salzwasser bissfest garen.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken und aufköcheln lassen.

Die Karotten schälen und in dünne Streifen schneiden oder hobeln.

Die Pasta mit der Gemüsesauce vermischen, mit geriebenem Parmesan bestreuen und servieren.

Die Frühlingszwiebeln und den Spargel in ca. 2 cm lange Stücke schneiden.

Zubereitungszeit ca. 20 Min.

Oliveöl in einer Pfanne erhitzen und alles Gemüse darin anschwitzen.

Mit einem Schuss Weißwein ablöschen und die Sahne dazugeben.

Zutaten

für 4 Personen:

- 1.250 g Pasta

nach Geschmack

- 2 Frühlingszwiebeln

- 3 Karotten

- 6 Stangen Spargel

- 3 Eßl. Oliveöl

- 1 Schuss Weißwein

- 200 ml Sahne

- Salz und Pfeffer

- Parmesan, gerieben



Rezept: 9/2019



Spargel-Flammkuchen

Mehl in eine Schüssel sieben und mit dem Salz vermischen. Langsam das Wasser mit dem Knethaken des Handrührers unter das Mehl kneten. Alles auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und mit den Händen weiter kneten, bis ein glatter Teig entsteht. Wer mit Hefe arbeitet, Mehl in eine Schüssel sieben, eine Mulde in die Mitte drücken. Hefe im lauwarmen Wasser auflösen und in die Mulde gießen. Dann wie oben beschrieben weiter verfahren. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und an einem warmen Ort 1 Std. ruhen lassen bzw. den Teig in der Schüssel abgedeckt 30 Min. gehen lassen.

In der Zwischenzeit den Spargel waschen, schälen und holzige Enden abschneiden und in sehr dünne schräge Scheiben schneiden. Köpfe halbieren. Den Speck in feine Streifen schneiden. Den Ofen auf 250 Grad vorheizen, wer hat, kann einen Backstein verwenden. Den Teig entweder in vier dünne Fladen ausrollen. Den Teig mit Creme fraiche bestreichen, gut würzen, den Spargel und Speck darauf verteilen. Mit Olivenöl beträufeln noch mal gut mit Salz und Pfeffer würzen. Im Backofen 12-15 Min. backen.

Zubereitungszeit ca. 20 Min.

Zutaten

für 4 Personen:

- 250 g Mehl
- 125 ml Wasser, lauwarm
- 1 Tl. Salz
- 15 g Hefe, wer mag
- 16 Stangen Spargel
- 100 g Speck, geräucherter in dünne Streifen geschnitten
- 300 g Creme fraiche
- Meersalz, Pfeffer aus der Mühle
- 4 Eßl. Olivenöl, zum Beträufeln



Rezept: 10/2019



Spargel



Erdbeeren

Erdbeer-Blätterteig-Torte

Blätterteig in einer Tarteform 12-15 Min. bei 200 Grad blind backen.

Puddingpulver und Milch nach Vorschrift kochen.

Den fertigen Pudding auf den Blätterteig geben.

Erdbeeren waschen, in Scheiben schneiden und belegen.

Mandeln mit Zucker in der Pfanne zu Mandel-Krokant bräunen. Damit einen dekorativen Rand belegen.

Bei einer Tasse Kaffee genießen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Min.

Zutaten

für 4 Personen:

- 1 Blätterteig,

Fertigprodukt

- 350 g Erdbeeren

- 1 Päckchen Vanillepudding zum Kochen

- 0,5 Liter Milch

- 3 EL Zucker

- 80 g Mandeln, gehobelt

- 3 EL Zucker für den Krokant



Rezept: 11/2019



Erdbeer-Basilikum-Konfitüre

Die Erdbeeren waschen und das Grün entfernen, dann vierteln und in einen großen Topf geben.

Gelierzucker darauf geben und einen Schuss Zitronensaft aufkochen lassen und 4 Minuten sprudelnd kochen.

In der Zwischenzeit das Basilikum in Streifen schneiden. 2 Min. vor Kochzeitende das Basilikum unterrühren.

Gelierprobe machen, wer möchte kann auch alles pürieren, den Balsamico unterrühren und die Konfitüre in ausgekochte Gläser füllen und diese verschließen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Min

Zutaten

- 900 g Erdbeeren
- 50 g Basilikum
- 40 ml Zitronensaft

- 1 Paket Gelierzucker
- 1 Eßl. Aceto balsamico



Rezept: 12/2019



Karamellierter Spargel mit Erdbeeren und Vanilleeis

Spargel schälen und in schräge 1 cm starke Scheibchen schneiden.

Erdbeeren waschen, abzupfen, vierteln oder achteln.

Spargel in wenig Wasser mit Zucker und Salz kurz bissfest kochen.

Butter in einer Pfanne erhitzen, Zucker zugeben und karamellisieren lassen, mit dem Orangensaft ablöschen, leicht reduzieren.

Spargel zugeben und leicht karamellisieren lassen.

Erdbeeren, Vanilleeis und Spargel auf einem Teller anrichten. Wer mag, kann mit Minze oder Melisse garnieren.

Zubereitungszeit: ca. 25 Min.

Zutaten

für 4 Personen:

- 200 g Spargel

- Salz

- Zucker

- 120 g Erdbeeren

- 20 g Butter

- 2 Eßl. Zucker

- 2 Eßl. Orangensaft

- 4 Kugeln Vanilleeis



Rezept: 13/2019



Erdbeer-Kokos-Dessert

Den Joghurt und die Raffaello-Pralinen zusammen mit dem Pürierstab pürieren, dann Zucker unterrühren.

Die Erdbeeren mit dem Portwein beträufeln.

Die Sahne steif schlagen und vorsichtig unter die Joghurtmasse heben.

6 Dessertgläser bis zur Hälfte mit der Creme füllen, dann eine Schicht Erdbeeren darauf verteilen, zum Schluss wieder die Creme darauf geben.

Mit etwas Kokosstreusel bestreuen und mit einer Erdbeeren dekorieren.

Wenn Kinder mitessen, lässt man den Portwein einfach weg.

Zubereitungszeit: ca. 20 Min.

Zutaten

für mehrere Personen:

- 400 g Erdbeeren, geviertelt
- 100 g Zucker
- 150 g Konfekt (Raffaello)
- 8 Eßl. Portwein

- 500 g Naturjoghurt
- 500 ml Schlagsahne
- etwas Kokosraspeln



Rezept: 14/2019



Spargel-Toast mit Erdbeeren und Chilli

Spargelspitzen putzen und schälen. In Salzwasser mit einer Prise Zucker und Zitrone ca. 15 Min. kochen. Herausnehmen.

Eier hart kochen. Gut abschrecken, schälen und hacken.

Toastscheiben im Toaster antoasten. Portionsweise auf Teller legen. Je 1 EL Remoulade darauf geben und verstreichen. Darüber die Schinkenwürfel verteilen. Spargel portionsweise darauf setzen.

Erdbeeren waschen, trocken tupfen und zupfen. In Viertel schneiden. Chilli in feinste Streifen schneiden.

Erdbeerstücke und Chilli mit dem gehackten Ei darüber verteilen. Mit Käse bedecken. Im Backofen bei 160 Grad Heißluft ca. 15 Min. überbacken.

Mit Paprika bestreuen. Mit Petersilie, Schnittlauch und Erdbeeren garniert heiß servieren.

Zubereitungszeit ca. 30 Min.

Zutaten

für 4 Personen:

- 1 kg Spargelspitzen
- 8 Scheiben Vollkorntoast
- 200 g Schinkenwürfel
- 4 EL würzige Remoulade
- 150 g Erdbeeren
- 1 Stück Chilli
- 3 Eier, hartgekocht
- 12 Scheibe Schmelzkäse
- Salz, Pfeffer, Zitrone, Paprika edelsüß, Schnittlauch, Petersilie



Rezept: 15/2019



Erdbeer-Chilli-Chutney

Die Erdbeeren waschen und gut abtropfen lassen. Das Grün wegschneiden und die Früchte grob würfeln. In einem Topf mit dem Zucker und dem Salz vermischen und ca. 1 Stunde ziehen lassen.

In der Zwischenzeit die Schalotten schälen und in sehr kleine Würfel schneiden. Die Kerne der Chilli entfernen und sie dann in sehr feine Ringe schneiden. Den Ingwer schälen und ebenfalls sehr klein würfeln. Alles zu den durchgezogenen Erdbeeren geben.

Die Zimtstange und den Essig ebenfalls zugeben. Alles einmal aufkochen lassen und dann bei sehr kleiner Hitze langsam einkochen lassen. Das kann bis zu 2-3 Stunden dauern. Gegen Ende gut aufpassen und re-

gelmäßig umrühren. Wenn die Masse dicklich wird, kann sie leicht anbrennen.

Den tasmanischen Pfeffer mit einem Messer sehr fein hacken und am Schluss in das dickliche Chutney geben. Evtl. mit Salz, Zucker oder Pfeffer abschmecken.

Die Zimtstange entfernen und das Chutney heiß in kleine Gläser mit Twist-Off-Verschluss füllen. Die Gläser sofort verschließen und auf dem Kopf stehend auskühlen lassen.

Das Chutney schmeckt sehr gut zu Käse und hellem Fleisch. Die Menge ergibt 8 sehr kleine Gläser

Zubereitungszeit: ca. 30 Min.

Zutaten

für 4 Personen:

- 1500 g Erdbeeren
- 350 g Zucker
- ¼ Tl. Salz
- 3 große Schalotten
- 1 Stück Ingwer, daumengroß

- 2 Chillischoten, rot und scharf
- 300 ml. Essig, (Honigessig oder milder Weißweinessig)
- 1 Stange Zimt
- 1 Tl. Pfeffer, tasmanischen