Mischgemüse saisonal

Kategorie:	Beilage/Gemüse
Rezept Nr.:	509
Portionen:	4

Zutaten	Mengen		Bemerkungen	Links
Karotten	3	Stück		
Zuckerschoten	150	Gramm		
Spargel	1	Bund		
Butter	0			
Salz, Pfeffer	0			

Zubereitung

Vorbemerkung:
Der hier verwendete sog. "Wilde Spargel" ist weder wild, noch ist sicher, ob er zur Familie der Spargelgewächse gehört. Es ist ein Hyazinthengewächs, das im Südwesten Frankreichs angebaut wird. Warum er dann unter diesem Namen verkauft werden kann, bleibt offen. Auch geschmacklich unterscheidet es sich vom "echten" wilden Spargel (den es gibt!) oder Thai-Spargel. Er bringt aber eine schöne Würze in Gemüsegerichte, die nur kurz gebraten oder gedünstet werden.

1. Gemüse putzen, Karotten in kleine Scheiben schneiden. In etwas Butter zuerst die Karotten, die am längsten brauchen, zugedeckt andünsten und dann die Zuckerschoten und den "wilden" Spargel zugeben und kurz durchschwenken. Salzen und etwas weißen Sarawak-Pfeffer aus der Mühle darüber stäuben.

2. Variationen:
Je nachdem wozu dieses Gemüse als Beilage gereicht wird, kann man zusätzlich etwas aromatisieren, z.B.:
a) Zur Lackierten Ente mit etwas klein gehacktem Ingwer und/oder gehacktem Koriander
b) Zum Kalbspaillard mit Olivenöl und etwas Knoblauch, evtl. Thymian.
c) Zum gebratenen Fischfilet mit etwas Estragon usw.

Auch die verwendeten Gemüse können ausgetauscht werden oder zusätzlich frische Erbsen, weiße Rübchen, weißer und grüner Spargel etc. mit verarbeitet werden.

© ea für

Mischgemüse saisonal

Notizen

© ea für