

Martin Gehrlein
Warmes Spargelsandwich

Dienstag, 2. Juni 2020
Rezept für 4 Personen

Dauer: 30 Minuten
Schwierigkeitsgrad: Leicht
Schnelle Küche, vegetarisch

Zutaten:

Für den Salat:

100 g Rucola
1 EL Balsamico
2 EL Olivenöl
etwas Salz
etwas Pfeffer aus der Mühle

Für das Spargelsandwich

200 g Ciabatta-Brot
4 EL Olivenöl
1 Knoblauchzehe
1 kg grüner Spargel
etwas Salz
etwas Zucker
12 schwarze Oliven, entkernt (z.B. Kalamata)
160 g Ziegenfrischkäse-Taler
2 EL Pinienkerne
100 g Butter
1 Schalotte
80 ml Weißwein
3 Eigelb
etwas Pfeffer aus der Mühle
1 EL Tomatenmark

Zubereitung:

1. Rucola waschen und gut abtropfen lassen.
2. Balsamico mit Olivenöl vermischen, mit Salz und Pfeffer würzen und das Dressing zur Seite stellen.
3. Ciabatta der Länge nach halbieren und die beiden Hälften in Stücke von jeweils ca. 50 g schneiden.
4. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Brotstücke darin von beiden Seiten goldbraun braten. Brot aus der Pfanne nehmen, diese zur Seite stellen.
5. Knoblauchzehe halbieren und mit der Schnittfläche über die gerösteten Brotscheiben streichen.
6. Spargel am unteren Drittel schälen und die holzigen Enden entfernen.
7. Spargel in mit Salz und einer Prise Zucker gewürztem kochendem Wasser ca. 3 Minuten blanchieren.
8. Blanchierten Spargel abtropfen lassen und in der Pfanne, in der die Brotscheiben geröstet wurden, kurz anbraten. Oliven grob hacken.
9. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech die Brotscheiben geben, darauf den angebratenen Spargel geben. Die Käsetaler darauflegen (evtl. längs halbieren, falls sie sehr dick sind), mit Pinienkernen und gehackten Oliven bestreuen.

10. Den Backofen auf 180 Grad Oberhitze vorheizen.
11. Für die Sauce die Butter in einem Topf schmelzen. Die Schalotte schälen und fein schneiden.
12. Schalotte, Weißwein und Eigelbe in einen Schlagkessel geben und mit einem Schneebesen über einem heißen Wasserbad schaumig aufschlagen, bis die Mischung dicklich wird. Dann die flüssige Butter nach und nach unter den Eischaum rühren. Die Sauce mit Pfeffer, Salz und einer Prise Zucker würzen. Das Tomatenmark in einer kleinen Schüssel mit einer Gabel glattrühren und dann unter die Sauce rühren.
13. Die Brot kurz in den vorgeheizten Ofen geben und den Käse warm werden lassen, aus dem Ofen nehmen, auf Teller geben und mit der Sauce überziehen.
14. Rucola mit dem Dressing marinieren und neben den Broten anrichten.

Pro Portion: 855 kcal / 3570 kJ
35 g Kohlenhydrate, 22 g Eiweiß, 70 g Fett

Zusatzrezept: 2. Juni 2020

Erdbeer-Rhabarber-Grütze

Rezept für 4 Personen

Dauer: 30 Minuten
Schwierigkeitsgrad: einfach
Vegetarisch, Süßes

Zutaten:

| | |
|--------|---------------|
| 350 g | Rhabarber |
| 150 g | Erdbeeren |
| 1 | Vanilleschote |
| 100 g | Zucker |
| 150 ml | Wasser |
| 1 EL | Speisestärke |
| 2 EL | Orangensaft |

Zubereitung:

1. Rhabarber waschen, putzen und schälen und in etwa 3 cm große Stücke schneiden.
2. Die Erdbeeren waschen, putzen und in kleine Stücke schneiden.
3. Die Vanille der Länge nach halbieren und das Mark austreichen.
4. Zucker in einen Topf geben und golden karamellisieren, das Wasser zugeben und kurz köcheln lassen.
5. Rhabarber und Vanillemark zugeben und etwa 6 Minuten köcheln, bis der Rhabarber weich ist.
6. In der Zwischenzeit Stärke mit Orangensaft verrühren.
7. Die angerührte Stärke zum Rhabarber geben, aufkochen und so die Grütze leicht binden.
8. Zuletzt die Erdbeeren untermischen und die Grütze abkühlen lassen. Dafür am besten direkt in Portionsschälchen füllen. Dazu passt Vanillesauce oder Schlagsahne.

