

**Kochen**

**Caroline Autenrieth**

**Dienstag, 02.04.2024**

**Grüner Spargel mit Safransoße und Aioli**

**Für 4 Personen**

**Zutaten**

**Für den Spargel**

800 g Spargel, grün  
etwas Zucker

**Für die Safransoße**

2 EL Olivenöl  
1 EL Mehl  
150 ml Gemüsebrühe oder Wasser  
50 ml Weißwein, trocken  
150 g Sahne  
einige Safranfäden oder 1 Msp. Safran, gemahlen  
etwas Salz  
etwas Pfeffer

**Für die Aioli**

1 Knoblauchzehe  
1 Eigelb (Größe M)  
1 TL Senf  
2 Prisen Salz  
125 ml Rapsöl oder anderes Öl  
4 EL Olivenöl  
einige Chiliflocken



**Zubereitung:**

1. Vom Spargel die holzigen Enden abschneiden. In kochendem Wasser mit etwas Zucker, ca. 4-6 Minuten blanchieren, je nach gewünschter Bissfestigkeit.
2. Spargel aus dem Topf heben und kalt abbrausen.
3. **Für die Soße** Öl in einem Topf erhitzen. Mehl unterrühren.
4. Brühe oder Wasser nach und nach zugeben, und aufkochen lassen.
5. Temperatur herunterschalten und den Wein zufügen, bei milder Hitze ca. 5 Minuten köcheln lassen.
6. Sahne zugeben und weitere ca. 5 Minuten köcheln lassen. Ist die Soße zu cremig, evtl. noch etwas Brühe, Sahne oder Wein unterrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.
7. Bei Verwendung von Safranfäden, diese entweder mit etwas Salz (dann die Soße vorher nicht salzen) mörsern oder in wenig (ca. 1-2 TL) warmen Wasser oder Brühe auflösen.
8. Safran in die Soße geben, ca. 1 Minute mit garen.
9. **Inzwischen für die Aioli** den Knoblauch schälen und vierteln. Mit Ei, Senf, 2-3 Prisen Salz und neutrales Öl in einen schmalen Rührbecher geben.
10. Einen Schneidstab bis zum Boden des Gefäßes in den Rührbecher stellen. Den Pürierstab auf höchster Stufe einschalten und während des Mixens langsam ganz nach oben ziehen, sodass sich eine cremige Mayonnaise ergibt. Olivenöl und einige Chiliflocken kurz unterrühren.
11. Spargel, Safransoße und/oder Aioli anrichten und servieren. Schmeckt warm und kalt. Dazu passt Baguette.