

Wochenthema: Spargel satt!

Otto Koch Freitag, 30. April 2010

Spargel mit Sauce Choron und neuen Kartoffeln
Rezept für 2 Personen

Zutaten:

400 g kleine neue Kartoffeln
etwas Salz
1 TL Kümmel
1/2 Bund Dill
800 g Spargel
1 Prise Zucker
100 g Butter
10 Pfefferkörner
2 Schalotten
100 ml Weißwein
5 Zweige frischer Estragon
1 Tomate
2 Eigelb

Zubereitung:

Die Kartoffeln bürsten und kochen, das Wasser mit etwas Salz, Kümmel und Dill würzen.

Spargel sorgfältig schälen und in Salzwasser gewürzt mit einer Prise Zucker und 1 TL Butter ca. 10 Minuten bissfest kochen.

Für die Sauce Pfefferkörner grob zerstoßen. Schalotten schälen, fein schneiden und mit Weißwein, 4 Zweigen Estragon und Pfefferkörnern in einen Topf geben. Bei starker Hitze ca. um 3/4 einkochen lassen. Tomate mit heißem Wasser überbrühen, Schale abziehen, Tomate vierteln, entkernen und das Fruchtfleisch in feine Würfel schneiden. Restliche Butter in einem Topf zerlassen. Den eingekochten Weinfond durch ein feines Sieb passieren.

Zusammen mit den Eigelben in einem Schlagkessel über einem heißen Wasserbad schaumig aufschlagen. Dann langsam die flüssige Butter unterrühren, Tomatenwürfel unterheben und die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rest Estragon fein hacken und untermischen.

Spargel auf heißen Tellern anrichten, mit der Sauce übergießen und die Kartoffeln dazu servieren.

Pro Portion: 723 kcal / 3025 kJ

44 g Kohlenhydrate, 16 g Eiweiß, 49 g Fett