

▣ Spargel-Lasagne

ZUTATEN FÜR 4-6 PORTIONEN

1 kg weißer Spargel, Salz, 1 Prise Zucker, 300 ml Sauce hollandaise, Pfeffer, Muskat, 200 g Käse (z. B. Gouda), 2 Knoblauchzehen, 500 g Blattspinat (frisch oder TK), 10 g Butter, 1 Rolle frischer Nudelteig (Kühlregal), 300 g Schwarzwälder Schinken (streifig geschnitten)

ZUBEREITUNG: Den Spargel schälen und in mundgerechte Stücke schneiden. In etwa 1 l kochendem, gesalzenem Wasser mit einer Prise Zucker 10 Minuten köcheln lassen. Abgießen und das Spargelwasser auffangen. Die Hollandaise mit etwa 100 ml des Spargelwassers aufgießen, erwärmen und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Den Käse reiben. Den Knoblauch schälen und klein schneiden. Frischen Blattspinat blanchieren, tiefgefrorenen auftauen lassen. Spinat kurz in der Butter mit dem klein geschnittenen Knoblauch andünsten. Eine Auflaufform in drei Schichten mit jeweils einem Drittel der Zutaten in folgender Reihenfolge füllen: Lasagneplatten, Schinken, Spargel, Spinat, Hollandaise. Zum Schluss den geriebenen Käse darüber verteilen. Etwa 40 Minuten bei 160 Grad Umluft im Ofen backen. Gegen Ende eventuell einige Minuten den Grill zuschalten, um den Käse zu bräunen. Zubereitungszeit: 50 Min., Garzeit: ca. 60 Min.

deshalb noch am Tag der Ernte gegessen werden. „Wer Spargel aufbewahren will, schlägt ihn in feuchte Tücher ein und steckt das Bündel in einen Plastikbeutel. Die günstigste Lagertemperatur liegt bei etwa plus zwei Grad. Das Gemüsefach im Kühlschrank ist daher meist zu warm eingestellt“, erklärt Alexandra Walter, die den Spargel des Familienbetriebs seit drei Jahren auch über einen Online-Shop verkauft. Spezialverpackungen kühlen und schützen das kostbare Gut, das in der Regel innerhalb eines Tages seinen Empfänger erreicht.

Ein weiterer Tipp der Gönzheimer: Frischer grüner Spargel wird zur Lagerung nur unten am Anschnitt feucht gehalten, der Kopf darf dabei nicht nass werden – sonst bekommt er einen unangenehmen Geruch. Im Kühlschrank sollte er immer stehend aufbewahrt werden: Wenn er liegt, wird er leicht krumm.

Geschält wird Spargel von oben nach unten – der grüne nur im unteren Drittel,

