

Märkische Allgemeine

03.05.2012

Auflage: 148.766



Kalbsfilet aus dem Ofen

Dazu reicht man Spargel mit einer Olivenöl-Hollandaise

Rezept von Frank Schreiber,
Goldener Hahn, Finsterwalde:

■ **Zutaten für Bärlauch-Paste:**
1 Bd. Bärlauch
150 ml Olivenöl

■ **Zubereitung:**
Bärlauch mit dem Olivenöl zu einer Paste pürieren.

■ **Zutaten für das Kalbsfilet (für vier Personen):**
600 g Kalbsfilet
Salz, Pfeffer
6 EL Bärlauch-Paste

■ **Zubereitung:**
Filet auf Klarsichtfolie legen, mit Salz und Pfeffer würzen. Ringsherum mit Bärlauch-

Paste einstreichen und fest in die Folie einwickeln. Im Ofen bei 80 °C etwa 40 Minuten garen und kurz ruhen lassen. Folie entfernen, das Fleisch in Stücke schneiden.

■ **Zutaten für Spargel:**
4 x 125 g Spargel, geschält
Salz, Zucker
¼ Zitrone, ausgepresster Saft
4 EL flüssige Butter

■ **Zubereitung:**
Spargel im Dämpfer 5-10 Minuten bissfest dämpfen. Die Butter mit Zitronensaft und 4 EL Wasser aufkochen, mit Salz und Zucker abschmecken. Gegarten Spargel kurz darin schwenken.

■ **Zutaten Hollandaise:**
3 Eigelb
100 ml mildes Olivenöl
2 EL Champagner-Essig
2 EL Wasser
1 Prise Salz, Pfeffer, Zucker
1 Msp. Cayennepfeffer

■ **Zubereitung:**
Eigelb, Essig, Wasser, Salz, Pfeffer, Zucker und Cayennepfeffer im Topf verrühren. Die Masse auf dem Herd mit dem Schneebesen aufschlagen, bis eine Bindung entsteht. Das Olivenöl langsam bei stetigem Rühren zugeießen. Eventuell noch mal mit Salz und Pfeffer abschmecken. Statt Öl kann man auch geklärte, flüssige Butter nehmen.

Märkische Allgemeine

03.05.2012

Auflage: 148.766

Spargelzeit in Potsdam-Mittelmark und im Havelland

Mit Garnelenkruste

Das Edelgemüse erhält eine Decke aus Meeresfrüchten

Rezept von René Donat, Seelodge Kremmen:

■ **Zutaten:**

1 kg Spargel
1/2 Toastbrot
250 g Butter
250 g geklärte Butter
5 Eigelb
200 ml Spargelfond
100 ml Champagner
1 EL Akazienblütenhonig
1 kg junge Kartoffeln
250 g Garnelen, roh und gewaschen
Salz Pfeffer
Kräuter zum Verfeinern

■ **Zubereitung:**

Spargel schälen und bissfest kochen. Den Fond leicht reduzieren lassen. Für die Kruste das Toastbrot ohne Rand in kleine Würfel schneiden, die



Butter flüssig werden lassen, Garnelen in kleine Würfel hacken, alles zu einer Masse mischen, alles mit Salz und Pfeffer würzen und nach Belieben mit Kräutern verfeinern. Für die Hollandaise den reduzierten Spargelfond mit den fünf Eigelb schaumig schlagen, die geklärte Butter untermengen und dann Champagner und Akazienblütenhonig da-

zugeben. Kartoffeln tournieren (schälen und in Form bringen) und in Salzwasser kochen, abdampfen lassen.

Den leicht abgekühlten Spargel in vier Portionen aufteilen und die Krustenmasse gleichmäßig darauf verteilen, bei 210°C etwa acht Minuten im Backofen backen. Mit den Kartoffeln und der Hollandaise anrichten.

Märkische Allgemeine

03.05.2012

Auflage: 148.766

Spargelzeit in Potsdam-Mittelmark und im Havelland



Im Schinken-Teig-Mantel

Panna Cotta vom Parmesan mit Stangenspargel an Schaum vom Beelitzer Kürbiskernöl

Rezept von Ulrike Laun, Landlust Körzin:

- **Zutaten für Panna Cotta:**
- 480 ml frische Sahne mit 30 Prozent Fett
- 120 g fein geriebener Parmesan
- 1 gestr. TL Agar Agar
- 8 bis 12 Stangen Spargel
- hauchdünn geschnittener Parma- oder Serranoschinken
- **Zutaten für den Schaum:**

- 1 EL Sahne
- 50 ml Kürbiskernöl

■ **Zubereitung:**
Sahne mit Agar Agar mischen und erhitzen. Nach Geschmack Salz und Pfeffer hinzugeben. 2 Minuten köcheln lassen. Parmesan hinzugeben und etwas abkühlen lassen. Flüssigkeit mehrmals durchrühren und in sturzfähige Gläser füllen. Vor dem Servieren

stürzen. Spargel auf mit Schinken belegte Brickteigplatten (oder Frühlingsrollenteig) legen. Spargelstangen damit einrollen und in Fett ausbacken. Für den Schaum: Kürbiskernöl und Sahne in ein schmales Gefäß geben und mit einem Pürierstab schaumig schlagen. Ausgebackenen Spargel an Panna Cotta anlegen und mit aufgeschäumten Kürbiskernöl verzieren.

Märkische Allgemeine

03.05.2012

Auflage: 148.766

Spargelzeit in Potsdam-Mittelmark und im Havelland



Beim Spargel sind wir spitze

Bundesweit auf Platz drei

Auf dem Acker sind wir deutlich besser als auf dem Feld! Spargelland Brandenburg liegt bundesweit auf einem respektablen dritten Rang. Nur in Niedersachsen und Nordrhein-Westfalen steht noch mehr von dem Edelgemüse. Im Fußball wäre das ein sicherer Platz in der Champions League. Davon können unsere Kicker nur träumen.

Inzwischen werden die Stangen in Brandenburg auf 2650 Hektar gestochen. Das ist ein leichter Rückgang der Anbaufläche, den es im vergangenen Jahr jedoch auch in Niedersachsen (4073 Hektar) oder Nordrhein-Westfalen (3020 Hektar) gab. Einzig die Bayern haben mächtig zugelegt: um stolze elf Prozent (auf 2088 Hektar).

Dennoch gehört das edle Gemüse zu den wenigen Erfolgsgeschichten der märkischen Wirtschaft. Spitze Zungen behaupten: Spargel sei das Beste, was je in den märkischen Sand gesetzt wurde.

Für diese Beilage haben wir Spitzenköche unseres Landes, die sich im Netzwerk „Brandenburg unter Dampf“ zusammengeschlossen haben, um Spargel-Rezepte gebeten. Ihre Empfehlungen sollen eine Anregung sein, die gut zweimonatige Saison so genussvoll wie möglich zu erleben. Guten Appetit!