



# Netzwerk Rommerskirchen

## FÜR UNS UND ANDERE



" Die Schürzenträger "

Rezepte für das Treffen der „Schürzenträger“ am 28. Mai 2019 um 10:30 Uhr in Nettlesheim  
Rezepte für 8 Personen

### Vorspeise:

#### Ein kleiner Salat als Einstimmung auf die Spargelsaison

- ½ kg weißer Spargel
- ½ kg grüner Spargel
- 3 Tomaten
- 1 Bio Zitrone
- Olivenöl
- Cayenne Pfeffer
- Salz
- Pfeffer
- Zucker



Den Spargel schälen, die Endstücke abschneiden. Den grünen Spargel nur im unteren Drittel schälen. Die Spargelstangen in feine und länglich-schräge Scheiben schneiden. Die Tomaten enthäuten und das Kerngehäuse entfernen. Das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden, leicht salzen und zuckern. Die Schale der Zitrone in feinen Streifen abziehen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Spargelscheiben 2 Minuten braten. Dabei salzen und zuckern und mit etwas Cayenne Pfeffer bestreuen. Den Spargel mit den Tomaten und der Zitronenschale vermengen. Gegebenenfalls noch einmal mit etwas Salz, Cayenne Pfeffer und Zucker würzen und mit etwas Olivenöl beträufeln.

### Suppe:

#### Spargelcremesüppchen

- 500 gr weißer Spargel
- Salz, Zucker
- 400 ml Schlagsahne
- 1 Bund Petersilie
- 50 gr Butter
- 50 gr Mehl bestreuen
- Pfeffer
- 6 El Weißwein



Spargel waschen, schälen und falls holzige Enden da sind, abschneiden. Spargelschalen und -enden mit gut 2 Liter Wasser mit Salz und Zucker aufkochen. Zugedeckt ca. 10 Minuten köcheln lassen. Spargel in kleine Stücke schneiden. Spargelschalen durch ein Sieb abgießen, den Fond auffangen und zurück in den Topf geben und aufkochen. Spargelstücke darin ca 8 Minuten köcheln lassen. 200 ml Sahne halb steif schlagen, Petersilie hacken und unter die Sahne heben.

Spargel aus dem Fond nehmen und ca. 2 Liter abmessen. Butter in einem Topf erhitzen das Mehl darin anschwitzen. Spargelfond und 200 ml Sahne einrühren. Aufkochen und 5 Minuten köcheln. Mit Salz, Zucker und Wein abschmecken. Die Spargelstücke dazugeben noch einmal kurz erhitzen. Die Suppe mit einem Klecks Kräutersahne anrichten.

## Hauptgericht:

### Spargel mit zerlassener Butter, Sauce Hollandaise dazu eine Schinkenplatte und neue Kartoffeln

- 500 gr. Spargel pro Person
- Salz
- 1 Prise Zucker
- 1 Teelöffel Butter
- 250 gr. Butter
- Petersilie
- Neue Kartoffeln



Den Spargel schälen, oder schälen lassen.  
Wasser zum Kochen bringen, salzen, 1 Prise Zucker u. 1Tel. Butter zugeben, den Spargel ins kochende Wasser geben, je nach Spargeldicke 8-10 Min. kochen lassen, prüfen ob er bissfest ist und auf eine heißgestellte Porzellanplatte legen mit Petersilie garnieren, mit zerlassener Butter beim Servieren übergießen.  
Dazu kochen wir neue Kartoffeln.

Die Schinkenplatte vom Metzger zubereiten lassen.

### Sauce Hollandaise

- Da nehmen wir diesmal ein Fertigprodukt.....!!!

## Nachtisch:

### Limetten-Joghurtmousse mit Heidelbeeren

- 6 Blatt Gelatine
- 300 gr Naturjoghurt
- 300 Creme fraiche
- 2 Bio Limetten
- 100 gr Puderzucker
- 40 gr Zucker
- 4 Eiweiß
- 300 gr Schlagsahne

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die Schale der Limetten abreiben, den Saft auspressen. Die Sahne und den Eischnee getrennt steif schlagen. Die Sahne dabei zuckern. Den Joghurt und die Creme fraiche mit Limettenschale, Limettensaft und Puderzucker in einer Schüssel verrühren.

Die Gelatine ausdrücken, in einen Topf geben und auf der warmen Herdplatte auflösen, die Gelatine zur Creme geben. Zuerst die Sahne vorsichtig mit der Creme verrühren, dann den Eischnee langsam unterheben. Die Mousse in Schalen füllen und mindestens 3 Stunden in den Kühlschrank stellen und fest werden lassen.

- 200 gr Heidelbeeren
- 2 kleine Chilischoten
- 1 TI Puderzucker
- 2 El gutes Olivenöl

Heidelbeeren waschen und trocknen, in eine flache Schüssel geben und mit einer Gabel etwas zerdrücken. Die Chilischoten entkernen und fein würfeln. Olivenöl, Puderzucker und Chili nach Geschmack mit den Beeren vermengen. Die Heidelbeermischung auf die erkaltete Mousse geben und servieren