

Spargel Cordon Bleu mit Kräutersauce

Endlich ist es wieder soweit! Der gute Osttiroler Spargel wird in Lavant, bei Familie Kaplenig am Michelerhof, geerntet. Für mich ist diese Zeit der Höhepunkt des Frühlings. Es gibt so viele verschiedene Spargelrezepte wie beispielsweise Spargel mit Sauce Hollandaise. Heute koche ich einen weiteren Klassiker, das Spargel Cordon Bleu.

- Vorbereitungszeit: 30 Minuten
- Garzeit: 30 Minuten
- Gesamtzeit: 60 Minuten
- Portionen/Menge: 2 Portionen

Zutaten Spargel Cordon Bleu für 2 Personen

- 4 weiße Spargelstangen
- 2 grüne Spargelstangen
- Pro Spargelstange 1 Blatt mageren Schinken
- Pro Spargelstange 1 Blatt geschnittenen Käse (z. Bsp. Gouda)
- Eier, Mehl und Brösel für die Panier
- Salz und Pfeffer

Den Spargel gut schälen und die unteren Enden abschneiden. Im Dampfgarer oder im Wasser bissfest kochen. Jede Spargelstange wird nun mit einem Blatt Schinken und Käse eingerollt, wobei es wichtig ist, dass der Käse unter dem Schinken eingerollt wird. Sonst rinnt dieser beim Frittieren aus.

Anschließend wird die Spargelstange paniert. Zuerst im Mehl drehen, dann ins verquirlte, gesalzene Ei geben und zum Schluss in Semmelbröseln wenden. In einer Pfanne Fett erhitzen und bei mittlerer Temperatur frittieren. Die Spargelstange ist fertig, wenn der Käse geschmolzen ist und die Stange eine schöne goldgelbe Farbe hat.

Kurz auf einer Küchenrolle abtropfen lassen und noch heiß mit Kräutersauce essen. Ein grüner Salat passt ganz hervorragend dazu. Mahlzeit!

Zutaten für die Kräutersauce

- 1 Becher Sauerrahm
- 4 Radieschen
- Salz, Pfeffer
- Etwas Zitronensaft und Abrieb einer halben Zitrone
- Kräuter aus dem Garten (Schnittlauch, Liebstöckl, Basilikum, Kresse)
- Salz und Pfeffer

Für die Kräutersauce schneide ich die Radieschen in kleine Würfel. Die Kräuter hacke ich fein. Anschließend gebe ich den Sauerrahm in eine Schüssel. Alle Zutaten dazugeben, salzen und pfeffern, ein wenig Zitronenabrieb und einen Spritzer Zitronensaft dazugeben. Alles gut unterrühren.

Tipps der Köchin

- Für die Kräutersauce kann man jegliche Art an Kräutern verwenden – erlaubt ist, was schmeckt.
- Bei dünnen Spargelstangen, kann man auch 2 oder 3 Stangen zusammennehmen und mit Schinken und Käse umwickeln.
- Für eine Vorspeise reicht eine dicke Spargelstange, als Hauptspeise sind auch oft 3 panierte Spargel Cordon Bleu's zu wenig ☐
- Bitte den Spargel immer gut schälen. Mit den Spargelschalen koche ich einen Sud und bereite eine köstliche Spargelsuppe zu.