



Gittruper Str 43, 48157Münster
Tel 0251/329820 · Fax 0251/326871
Internet: www.spargelhof.net
E-Mail: info@spargelhof.net
Täglich von 8 – 20 Uhr geöffnet

Spargel, schnell gemacht!

Spargeltoast

Zutaten: Toastbrot, Joghurt-Salatcreme, Putenbrustaufschnitt, weißer oder grüner Spargel, Butter, Emmentaler Käse

Den Spargel kochen, herausnehmen und abtropfen lassen. Brot toasten, mit der Salatcreme bestreichen. Putenbrust und Spargel darauf verteilen, Käse darauflegen. Bei höchster Stufe überbacken, bis der Käse geschmolzen ist.

Spargel vom Grill

Zutaten: weißer Spargel, Salz, Zucker, Butter, Petersilie, Schnittlauch

Spargel schälen und auf Alufolie legen, mit Salz und wenig Zucker würzen und mit geschmolzener Butter begießen. Die Alufolie darüber schließen und die Folienenden zusammenfalzen. Die Pakete auf ein Backblech auf die untere Schiene bei 200°C 40 bis 45 min garen. Erst bei Tisch öffnen. Den Spargel mit Petersilie und Schnittlauch bestreuen.

Spargel Hawaii

Zutaten: ca. 1 kg Spargel, 1 Orange, 1 Banane, 1 Scheibe Ananas, Butter, Salz, Pfeffer, Fertig-Sauce Hollandaise

Spargel wie gewohnt kochen. Orange schälen und filetieren, Saft auffangen, Banane schälen und in Scheiben schneiden, Ananas in Stücke schneiden. Butter heiß werden lassen, Früchte darin kurz schwenken, mit Salz und Pfeffer würzen. Orangensaft mit Fertig-Sauce Hollandaise zugeben und aufkochen (evt. Soßenbinder verwenden).

Makkaroni mit Spargel-Schinken Sauce

Zutaten: 200 g Makkaroni, 500 g grüner Spargel, Zucker, Salz, Butter, 1 Zwiebel (auch Tiefkühlkost), gekochter Schinken, Fertig-Sauce Hollandaise

Nudeln kochen und abtropfen lassen. Das untere Drittel des grünen Spargels schälen und in 3 cm lange Stücke schneiden. In Wasser mit Salz, Zucker und etwas Butter ca. 5 min kochen. Zwiebel klein schneiden, Schinken klein schneiden und in Butter andünsten. Fertigsauce unterrühren. Mit Pfeffer würzen. Nudeln mit Spargel und Sauce mischen.