

Spargel „hanseatisch“ mit Speck und Garnelen

Zutaten für 2 Portionen:

500 g neue Kartoffeln, Salz
800 g weißer Spargel, Salz & Zucker
2 Eier
4 Stiele Dill
100 g durchwachsener Speck
1,5 EL Öl
12 Garnelen ohne Kopf und Schale, Pfeffer
100 g Butter
2 EL Zitronensaft
4 EL Rapsöl



Zubereitung:

Die Kartoffeln unter fließendem Wasser gut abbürsten und in kochendem Salzwasser in 20 bis 25 Minuten gar kochen.

Den Spargel sorgfältig schälen, die Enden abschneiden. In leicht gesalzenem, mit einer Prise Zucker gewürztem Wasser sprudelnd aufkochen. Vom Herd nehmen und 10 Minuten ziehen lassen.

Die Eier in kochendem Wasser 6 Minuten kochen, abgießen, abschrecken, pellen.

Den Dill von den Stielen zupfen und grob schneiden.

Den Speck in feine Würfel schneiden und in einer Pfanne in Öl knusprig ausbraten und in einem Sieb abtropfen lassen, das Fett auffangen.

Die Pfanne kurz auswischen, das restliche Öl darin erhitzen und die Garnelen 1 bis 2 Minuten scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und aus der Pfanne nehmen.

Die Butter in der Pfanne zerlassen. Speck, Speckfett, Zitronensaft und Rapsöl verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Eier grob hacken, mit Dill, Garnelen und gebratenem Speck in die Buttermischung geben.

Die Kartoffeln abgießen und kurz ausdämpfen lassen.

Den Spargel im Spargelwasser erhitzen, mit einer Schaumkelle herausnehmen, auf ein Tuch geben und kurz abtropfen lassen.

Mit den Kartoffeln auf Tellern anrichten, mit der Speck-Garnelen-Vinaigrette servieren.

Guten Appetit und herzliche Grüße

Euer Roland

www.fbs-kassel.de

Die Freiheit 2 | 34117 Kassel | Telefon (0561) 7004-111

Katholische Familien
bildungsstätte
Kassel

