

Hammer empfiehl



Rezept für Spargelragout

Zutaten für 4 Portionen

- 400 g Kartoffeln
- 4 Möhren
- 200 g tiefgefrorene Erbsen
- je 1 Bund (à 500 g) weißer und grüner Spargel
- Salz und Pfeffer
- 200 g Champignons
- 50 g Butter
- 30 g Mehl
- 100 ml trockener Weißwein
- 300 ml Milch
- 300 g Schlagsahne
- Saft von 1/2 Zitrone

Zubereitung 45 Minuten (leicht):

1. Kartoffeln schälen, waschen und in Würfel schneiden. In kochendem Salzwasser ca. 15 Minuten garen. Möhren schälen und in grobe Stücke schneiden. Möhren ca. 5 Minuten vor Ende der Garzeit zu den Kartoffeln geben. Erbsen auftauen lassen. Weißen Spargel schälen, holzige Enden abschneiden und den Spargel in Stücke schneiden. Vom grünen Spargel holzige Enden abschneiden. Spargel ebenfalls in Stücke schneiden. Champignons putzen und halbieren.

2. Weißen und grünen Spargel in kochendem Salzwasser 3–5 Minuten garen. 20 g Butter in einer Pfanne erhitzen. Champignons darin andünsten. Spargel, Kartoffeln und Möhren abgießen.

3. 30 g Butter in einem Topf schmelzen. Mit Mehl bestäuben und anschwitzen. Mit Wein, Milch und Sahne ablöschen, unter Rühren aufkochen. Kartoffeln, Möhren, Spargel, Pilze und Erbsen zufügen. Ca. 5 Minuten köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. Ragout in einer Schüssel anrichten und servieren.

