

Spargel-Cordonbleau an Sauce Béarnaise



Zutaten (4 Personen):

-Spargel Cordon Bleu:

- 500 g frischer Spargel
- 250 g Gouda (in Scheiben)
- 250 g gekochter Schinken
- 2 Eier (verquirlt)
- 100 g Mehl
- 100 g Semmelbrösel
- Rapsöl (zum Anbraten)

-Sauce nach Art der Sauce Béarnaise:

- 4 Eigelb
- 2 EL Zitronensaft
- 2 TL Dijon-Senf
- 2 EL Crème fraîche
- 2 TL Zucker
- 300 g Butter
- 2 TL getrockneter Estragon
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

Den frischen Spargel schälen und die geschälten Spargelstangen in Salzwasser mit einem kleinen Stück Butter in ca. 12 Minuten gar kochen. Der Spargel sollte aber noch Biss haben. Ob Spargel auf den Punkt bissfest gegart ist, erkennt man an einem einfachen "Trick": Eine Spargelstange mit einer Gabel aus dem Wasser heben. Biegt sich der Spargel leicht durch, hat er den perfekten Biss.

Während der Kochzeit die Sauce Béarnaise zubereiten. Hierzu die Eigelbe mit Zitronensaft, getrocknetem Estragon, Senf, etwas Salz, Zucker und Crème fraiche in ein hohes Gefäß geben und mit einem Pürierstab glatt pürieren. Jetzt die Butter kurz aufkochen, langsam in das Gefäß geben und dabei den Pürierstab laufen lassen. Die Sauce nach Belieben mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Jetzt geht es mit dem gegarten Spargel weiter: Jeweils 2-3 Stangen Spargel - je nach Dicke - mit einer Scheibe Gouda einwickeln, dann eine Scheibe Schinken darum legen und diese mit Zahnstochern feststecken. Danach werden die Spargel-Päckchen in Mehl gewendet, anschließend leicht abgeklopft und durch das verquirlte Ei gezogen. Zum Schluss in Semmelbröseln wälzen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Spargel-Päckchen darin anbraten bis sie schön knusprig und goldbraun sind.

Tipp:

Als Beilage schmecken Petersilien-Kartoffeln sehr gut.

Übrigens: Lässt man Estragon und Senf bei der Zubereitung der Sauce Béarnaise weg, hat man eine leckere Sauce Hollandaise gezaubert :)

Nährwertangaben: 1.286 kcal p.P., 26 g KH p.P.