

Spargel mit Schnittlauchcreme



Zutaten (2 Personen):

250 g weißer Spargel
500 g grüner Spargel
2 EL Butterschmalz
6-8 Scheiben gekochter Schinken
Salz und Pfeffer
1 Ei
1/2 Bund Schnittlauch
1/2 EL Kapern
125 g Schmand
50 g Mayonaise
1 EL Zitronensaft
100 g Joghurt
50 ml Milch

Zubereitung:

Den weißen Spargel schälen und beide Spargelsorten von holzigen Stellen befreien. Den weißen Spargel in kochendem Salzwasser ca. 12 Minuten garen. Den grünen Spargel nach der Hälfte der Kochzeit dazu geben. Unterdessen die Schnittlauchcreme herstellen. Hierzu 1 Ei 9 Minuten hart kochen, dann abgießen, abschrecken, pellen und etwas abkühlen lassen.

Im Anschluss den Schnittlauch waschen, trocknen und in feine Röllchen schneiden. Das Ei fein würfeln und die Kapern fein hacken. Den Schmand mit Joghurt, Milch, Mayonaise, Zitronensaft und Kapern vermischen. Ei sowie Schnittlauch (bis auf etwas zum Garnieren) unterrühren und die Creme mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Spargel aus dem Topf nehmen und gut abtropfen lassen. Je 4-5 Spargelstangen mit einer Scheibe Schinken umwickeln. Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen. Die Spargelpäckchen darin rundherum anbraten und mit der Schnittlauchcreme sowie dem übrigen Ei und Schnittlauch garantiert servieren.

Nährwertangaben: 779 kcal p.P., 15 g KH p.P.