

Spargelwähe

Auch wenn in den Läden schon seit Januar Spargel angeboten wird, beginnen diese bei uns erst im April zu spriessen. Die Hauptsaison von inländischem Spargel dauert von Mai bis Juni.

Es lohnt sich, auf diesen zu warten, denn zarter Grün- oder Bleichspargel aus einheimischer Produktion ist nicht zu vergleichen mit jenem aus Übersee.



130g Dinkelvollkornmehl 100g Weissmehl ½ KL Salz	in einer Schüssel mischen
70g Butter weich	in Stücken zugeben und fein verreiben (Küchenmaschine K-Haken, kleinste Stufe)
1 dl lauwarme Milch 10g Hefe	auflösen und dazu giessen den Teig kurz zusammenfügen, nicht kneten, zugedeckt kurz gehen lassen, rund auswallen, Wähenblech damit belegen und gut einstechen
4 EL Reibkäse	auf dem Teigboden verteilen
800g – 1 kg Grün- oder Bleichspargel	rüsten, halbieren, knapp weich kochen und auf den Teig legen (erst Endstücke, darauf die Spitzen)
3 Eier, verquirlt 1½ dl Milch oder Rahm 100g Quark Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer	gut mischen und über die Spargeln giessen
Backen:	untere Ofenhälfte / 220°C / ca. 30 Minuten