

## **Thema Spargel: Ausflug ins Grüne**

Obwohl der grüne Spargel wesentlich herzhafter, gesünder und einfacher zuzubereiten ist, steht hierzulande immer noch der weiße Spross ganz oben auf der Beliebtheitsskala. Während letzterer mit Fug und Recht als lichtscheuer Gesell bezeichnet werden kann, der gleich einem Vampir das Sonnenlicht meiden muss, lässt sich die grüne Stange ungeniert bescheiden und setzt dabei mehr Vitamin C und Karotin zu als ihre weiße Schwester.

Schlechtgeschälten weißen Spargel zu essen ist nicht unbedingt ein Vergnügen. Die Schale schmeckt bitter und ist hart. Wenn die spargelessenden Tafelfreunde beisammen sitzen und alle sich permanent diese harten und bitteren Fäden aus den Zähnen ziehen müssen, weiß man, da war beim Schälen kein Fachmann am Werk. Das sieht dann bei Tisch nicht nur bescheuert aus, sondern verdirbt neben der optischen auch die kulinarische Freude am Essen. So etwas kann einem beim grünen Spargel kaum passieren. Den muss man nämlich so gut wie gar nicht schälen, höchstens ein wenig am unteren Ende.

Vieles spricht also für grün. Natürlich werden wir uns auch in Zukunft nicht davon abbringen lassen, die bleiche Stange zu genießen, bestimmt aber auch öfter einmal zu der grünen Variante greifen. Beispielsweise mit etwas Hähnchenfleisch und einer Basilikumsoße serviert, ist das ein Gedicht!

### **Grüner Spargel mit Hähnchenbrustfilet und Basilikumsoße**

**100 Gramm frischen Basilikum mit**

**15 Gramm gemahlene Mandeln und Pinienkernen,**

**etwa 50 Gramm Parmesankäse,**

**drei Esslöffel Olivenöl und**

**100 Milliliter Gemüsebrühe pürieren.**

**Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.**

**Etwa 700 Gramm Hähnchenbrustfilet in Olivenöl scharf anbraten,**

**salzen, pfeffern und gut zwei Esslöffel Pinienkerne hinzufügen und kurz mit braten.**

**Den grünen Spargel circa zehn Minuten garen und portionsweise in Parma-Schinken gerollt servieren.**

Dazu eignet sich beispielsweise die gemeine Salzkartoffel. Italiener würden das Ganze vielleicht einfach mit etwas Weißbrot kredenzen.

**Dazu können wir den trockenen Muskateller von Doll empfehlen. Mehr Infos unter: <http://www.weinblaettchen.de/?p=164>**