



Grüne Spargelpäckchen mit Estragon

Saisonaler Hochgenuss mal anders



Portionen

4



Zubereitungszeit

35 - 40 Minuten



Schwierigkeitsgrad

Einfach

ZUTATEN

- 1 kg grüner Spargel
- 2 Rosmarinzwige
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Butter
- Salz, Pfeffer
- 100 g Schwarzwälder Schinken (ca. 8 Scheiben)
- 1 Zwiebel (ca. 70 g)
- 4 EL trockener Vermouth
- 1 Packung Hochland Sandwich Scheiben mit Emmentaler
- 1 Bund Estragon
- 2 Orangen
- 1 EL Zucker
- 1 EL Butter

ZUBEREITUNG

1. Den Spargel waschen, die Enden abschneiden und nur den unteren Teil der Stangen dünn schälen. Den Spargel in Salzwasser 7 Minuten kochen, aus dem Wasser heben und abschrecken. Gut abtropfen lassen. 125 ml Spargelkochwasser abmessen und beiseite stellen.
2. Rosmarinnadeln abstreifen, Knoblauch schälen und Rosmarin mit dem Knoblauch fein hacken. Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen, Spargel darin schwenken und mit Salz, Pfeffer, Rosmarin und Knoblauch würzen. Je 6-7 Spargelstangen in zwei Schinkenscheiben wickeln. In eine ofenfeste Form legen, den Ofen auf 240 Grad vorheizen (Umluft 220 Grad).
3. Für die Sauce die Zwiebel schälen, halbieren und fein würfeln. In der Spargelpfanne mit der restlichen Butter 2 Minuten anschwitzen. Mit Vermouth und Spargelwasser ablöschen. Auf 100 ml einkochen lassen, vom Herd nehmen. Sandwich Scheiben klein würfeln, die Hälfte davon in der Sauce schmelzen lassen. Estragon waschen, trockenschütteln, zupfen und grob hacken.
4. Orangen mit einem scharfen Messer schälen, dabei auch die weiße innere Haut entfernen. Orangen um die weiße, flaumige Mitte herum in Scheiben schneiden. Zucker mit der Butter in einer Pfanne schmelzen. Orangenscheiben kurz darin karamellisieren. Spargelpäckchen mit restlichem Käse bestreuen und im Ofen etwa 5 Minuten überbacken.



5. Die Sauce kurz aufkochen, mit dem Stabmixer mixen. Den Estragon einrühren. Spargel mit Estragon-Käse-Sauce und Orangenscheiben servieren.

Tipp

Die Portion eignet sich gut als Vorspeise - mit Röstli, Bratkartoffeln oder Salzkartoffeln wird daraus ein feines Mittagessen.

Eine Portion enthält im Durchschnitt

Brennwert: 1933,9 kJ (463,4 kcal)

Kohlenhydrate: 23,6 g

Fett: 28,9 g

Eiweiß: 20,9 g