

Weißer Ofen-Spargel mit Erdbeer-Ingwer-Salsa

Jedes Jahr auf's Neue freue ich mich auf die Spargelsaison. Und da werden wir hier in Berlin ja auch so richtig verwöhnt. Denn rund um Berlin liegen riesige Spargel-Anbaugebiete, wie zum Beispiel "Beelitz". Da der Spargel direkt aus Region kommt, erhält man ihn natürlich besonders knackig frisch. Morgens gestochen, landet er zu Mittag schon bei den Berlinern auf den Tellern. Leider tut er das nach wie vor viel zu oft recht eintönig - ertränkt in fettiger Hollondaise oder ganz klassisch mit Schnitzel... äh, nun ja, eine wenig erbauliche Vorstellung. Ich selbst bevorzuge Spargel ja in fruchtigen Kombinationen, gerne asiatisch angehaucht und ernte dafür immer Mal wieder ungläubige Blicke: Spargel und Erdbeeren? Spargel und Koriander? Spargel und Ingwer? Jaaaa, Leute, das sind ganz wunderbare Kombinationen - glaubt mir, ich habe es ausprobiert. Weißer Spargel mit Erdbeeren sind eine wunderbare Kombination. Achtet aber bitte auf Bioware, denn die heimische Erdbeersaison startet erst in 2-3 Wochen (Mitte/Ende April) Zum bevorstehenden Osterwochenende hin habe ich nun noch ein ganz besonders leckeres Spargel-Rezept für Euch: Weißer Spargel aus dem Ofen mit einer fruchtig-scharfen Erdbeer-Ingwer-Salsa! Köstlich, sage ich Euch! Ihr werdet es lieben! Habt ein schönes langes Osterwochenende, herzlichst Eure Lea

Zutaten für 2 Personen

Für de Spargelzubereitung

- 750 Gramm Spargel (ich habe 7 Stangen Spargel pro Person gewählt)
- 3-4 EL Olivenöl
- 1 TL Agavendicksaft
- Grobes, flockiges Meersalz
- 1 TL geschroteter Koriander (= optional, aber gibt dem Gericht den letzten Schliff)

Für die Salsa

- 300-350 Gramm Erdbeeren
- 30 Gramm Frühlingszwiebeln (je nach Größe 2-3 Stangen)
- 25 Gramm kandierten Ingwer (kann durch 15 Gramm aufgeriebenen, frischen Ingwer ersetzt werden)
- 2 EL Reisessig oder Apfelessig
- 1 TL Agavendicksaft
- 1 EL Zitronensaft
- 1 EL Olivenöl
- Meersalz
- Eine Hand voll frischer Koriander
- Zum Garnieren (optional): 1-2 TL schwarzer Sesam

Tipp: Solltet Ihr keine Koriander-Fans sein, ersetzt den Reisessig durch dunklen Balsamico-Essig und nehmt statt Koriander einfach frischen Basilikum. Das schmeckt auch fantastisch!

Zubereitung (ca. 35-40 Minuten)

Den Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Den weißen Spargel waschen und schälen. Das untere holzige Ende etwas einkürzen. Den Spargel mit 3-4 EL Olivenöl, 1 TL Agavendicksaft, 1 TL geschrotetem Koriander und einer guten Prise Meersalz vermengen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Ich habe das Olivenöl zusätzlich mit einem Silikon-Pinsel auf den Spargelstangen verstrichen. Den Spargel bei 200 Grad Umluft im Ofen 20-24 Minuten garen. Je nachdem wie dick die Spargelstangen sind, kann die Ofenzeit um 3-4 Minuten variieren. Der Spargel ist fertig, wenn er angenehm weich ist, aber noch ein klein wenig Biss hat. In der Zwischenzeit die Erdbeer-Salsa zubereiten. Dafür die Erdbeeren gut waschen und das Erdbeergrün entfernen. Erdbeeren fein würfeln. Dann den kandierten Ingwer mit einem scharfen, stabilen Messer ganz fein hacken. Die Frühlingszwiebeln waschen und den vorwiegend hell grünen bzw. weißen Teil in feine Ringe schneiden. Eine Hand voll Koriander waschen, trocken schütteln und hacken. Erdbeerwürfel mit dem gehackten kandierten Ingwer, den Frühlingszwiebelröllchen, 2 EL Reisessig (oder Apfelessig), 1 TL Agavendicksaft, 1 EL Zitronensaft, 1 EL Olivenöl, einer Prise Meersalz und dem gehackten Koriander vermischen. Erdbeer-Salsa gut durchrühren und kurz im Kühlschrank durchziehen lassen, bis der Spargel fertig ist. Wenn der Spargel ganz leicht Farbe angenommen hat und bissfest ist, aus dem Ofen nehmen. Spargel auf Tellern anrichten und mit Erdbeer-Salsa servieren. Das Gericht mit Korianderblättern und 1-2 TL schwarzem Sesam garnieren. Der Geschmack dieses Spargel-Gerichts ist ganz außergewöhnlich und überaus köstlich. Habt keine Angst vor dieser Kombination - der Spargel harmoniert perfekt mit der salsa und dem Koriander. Ihr werdet begeistert sein (sofern Ihr Koriander mögt). Wie bei den Zutaten angegeben, kann der Koriander aber auch durch Basilikum ersetzt werden.

Rezepte, die ebenfalls interessant sein könnten

- [Aromatisches Spargel-Bärlauch-Quinotto](#)
- [Grüner Ofen-Spargel mit Cashew-Bechamel](#)
- [Spargel-Pancakes mit erfrischendem Radieschen-Gurken-Dip](#)
- [Spargelsalat mit Himbeeren und gebratenem Tempeh](#)