

KOCHSCHULE

Spargel im exotischen Gewand

An diesem Wochenende dreht sich in Bayern alles um Stangen. Während die Burschen traditionell am 1. Mai einen Maibaum aufstellen, tanzt Spitzenkoch Hans Jörg Bachmeier mit Spargelstangen kulinarisch in den Mai.

VON STEPHANIE EBNER

„Vorbereiten heißt Vorfreude.“ Hans Jörg Bachmeier hat sich diesmal ein zugegeben etwas arbeitsintensives Gericht ausgedacht: zweierlei vom Spargel mit zweierlei Garnele. Da benötigt man etwas Zeit in der Küche. Aber versprochen, diese Mühe lohnt sich. So hat man Spargel noch nie gegessen.

Hans Jörg Bachmeier greift diesmal zum grünen Spargel, „Ich persönlich mag den grünen lieber“, verrät der Spitzenkoch unseren Lesern. „Denn er ist intensiver, schmeckt leicht nussig.“ Außerdem „braucht man nicht den ganzen Spargel schälen. Das untere Drittel reicht vollkommen.“

Den Spargel kocht man in gut abgeschmecktem Wasser – „der Spargelsud muss nach was schmecken“, lautet der Tipp des Profis. Deshalb nicht mit Salz, Zucker und Zitronensäure sparen. Auch wichtig: den Spargel nicht zu lange kochen. „Er sollte noch Biss haben, wenn er aus dem Wasser kommt.“

Zum Spargel gehört klassisch eine Hollandaise. „Eine Sauce hollandaise schmeckt selbst gemacht einfach am besten.“ Das ist für Hans Jörg Bachmeier eh klar. Da das Eigelb bei der Hollandaise nicht komplett durcherhitzt wird, sollten möglichst nur frische Eier verwendet werden. Der Clou bei seiner Hollandaise ist der Garnelengeschmack. Nach dem Schälen der Krustentiere wirft er die Schalen nicht weg, sondern verarbeitet sie in der Hollandaise weiter. Bachmeier weiß: „Im Kopf und in der Schale steckt der meiste Geschmack.“

Anschließend wird die Garnele vom Darm befreit, dazu ein Loch in den Rücken der Garnele bohren und den Darm herausziehen. „Viele vergessen das.“ Das sei zwar kein Drama, gibt der Garnele aber eine leicht bittere Note.

Am liebsten arbeitet Hans Jörg Bachmeier übrigens mit der bayerischen Garnele, die in Langenpreising (Landkreis Erding) aufwächst. Der Grund: „Die meisten in Europa konsumierten Garnelen entstammen mitunter fragwürdigen Zucht.“ Die bayerische Garnele sei die zeitgemäße Art, Meeressalzwasserfrüchte zu genießen.

Wie beim Spargel, den Bachmeier einmal mariniert und einmal im Tempurateig frittiert, kommt die Garnele auf zweierlei Art auf den Tisch: einmal frittiert, einmal als Tatar. „Dabei ist es besonders wichtig, dass die Qualität stimmt“, so der Küchenchef.

Eine spannende Kombi, finden die Leser. Ihr Fazit: Die Mühe lohnt sich.

KOCHSCHULE

Auch wenn man sich das im Moment nicht wirklich vorstellen kann: Der Sommer naht mit großen Schritten. Daher stellt Hans Jörg Bachmeier bei seiner nächsten Kochschule am **Mittwoch, 24. Mai**, leichte **Sommergerichte** vor. Wer dabei sein will, bewirbt sich unter Gastromerkur.de. Wie immer



Jetzt ist Spargelzeit, freut sich Spitzenkoch Hans Jörg Bachmeier und greift bei der Leserkochschule nach den grünen Stangen. Die kommen bei ihm diesmal im exotischen Gewand daher. In einem Mantel aus Tempurateig. Den anderen Teil des Königsgemüses mariniert Bachmeier mit mildem Weinessig. Eine Sauce hollandaise darf freilich auch nicht fehlen. Allerdings eine ganz besondere – die mit Krustentieren aromatisiert ist. FOTOS: OLIVER BODMER

Tempura von der bayerischen Garnele mit grünem Spargel

Tempura von der bayerischen Garnele und grünem Spargel | Spargelsalat und Tatar von der Garnele
vom Spargel)
1 EL milder Reisessig
250 g Butter

Für 4 Personen:
16 Stangen grüner Spargel
½ Zitrone
Salz
Zucker
16 bayerische Garnelen (ca. 20 bis 25 g schwere Garnelen – falls keine bayerischen Garnelen verfügbar sind, zu Salzwasser-Garnelen greifen)



Alles stammt aus Bayern: sowohl der Spargel als auch die Garnelen.

für den Tempurateig:
0,1 l Weißwein
2 Eier
100 g Stärke
100 g Mehl
½ TL Salz
0,1 l kaltes Wasser
Öl zum Frittieren

für den Spargelsalat:
12 Stangen grünen Spargel
1 EL milder Reisessig
Limettensaft (Limette von den Garnelen benutzen)
2 EL bestes Olivenöl

zur Garnitur:
ein paar Zweige Frisée-Salat

Zubereitung:
1. Für den Spargel den grünen Spargel im unteren Drittel schälen, die Enden abschneiden. In einem breiten Topf Wasser zum Kochen bringen und mit der Zitrone, Salz und Zucker kräftig abschmecken. Den Spargel bissfest ca. 5 Minuten kochen und im kalten Wasser abschrecken. Spargel aus dem Wasser nehmen und auf einem Küchentuch trockenlegen.
2. Für die Garnelen 8 Stück Garnelen schälen, das Schwanzstück dranlassen und den Darm entfernen. Restliche

Garnelen komplett schälen und den Darm entfernen. Die Garnelenköpfe und Schalen aufheben. Die komplett geschälten Garnelen in feine Würfel schneiden. Mit Salz und Limettenschale marinieren. Garnelen anschließend mit etwas Reisessig und ein paar Tropfen Limettensaft und Olivenöl abschmecken und beiseitestellen.
3. Für die Hollandaise Köpfe und die Schalen der Garnelen kurz abrausen. Die Butter zerlaufen lassen und die Garnelenschalen, Köpfe und einen Zweig Estragon in die zerlaufene Butter geben. Butter mit den Schalen und Köpfen bei geringer Hitze ca. 30 Minuten erwärmen.
4. Dann Weißwein, Spargelfond, die Schalotte und den zweiten Zweig Estragon in eine Stielkasserolle geben und um zwei Drittel reduzieren. Schalotte und Estragon aus der Reduktion nehmen und die Reduktion kurz abkühlen lassen. Die Eigelbe direkt in die Reduktion einrühren und aufschlagen, bis eine lockere, glänzende Masse entstanden ist. Die Butter mit den Garnelenschalen durch ein Sieb streichen und mit einem Holzlöffel ausdrücken. Die flüssige Garnelenbutter in einem langsamen Strahl in die Eiermasse einrühren und im Wasserbad warm stellen.

5. Für den Tempurateig Weißwein, Eier, Stärke, Mehl, Salz und Wasser glatt rühren. Den Teig kaltstellen. In einem hohen Topf 0,5 l Öl zum Frittieren auf ca. 170°C erhitzen.

6. Für den Spargelsalat die 12 Stangen Spargel mit Reisessig, Limettensaft, Olivenöl, Salz und Pfeffer marinieren.

7. Für das Spargeltempura die restlichen 4 Stangen Spargel durch den Tempurateig ziehen und abstreifen. In dem Frittieröl goldbraun frittieren.

8. Für das Garnelentempura die restlichen 8 Garnelen mit den Schwänzen mit Salz, Pfeffer und Limettenschale wür-

zeln, durch den Tempurateig ziehen, Teig etwas abstreifen und im Frittieröl goldbraun frittieren. Spargel und Garnelen auf ein Küchenpapier legen und abtropfen lassen.

9. Anrichten: Auf einem flachen Teller den Spargelsalat legen. Aus dem Garnelentatar Nocken formen und neben den Spargel setzen. Den Frisee in der Spargelmarinade marinieren und den Spargel ausgarnieren. Das Spargeltempura und Garnelentempura auf den marinierten Spargel legen und mit der Krustentier-Hollandaise umgießen.



Kulinarische Frühlingstempura: Zweierlei vom Spargel und der Garnele.



Im flüssigen Tempurateig wird sowohl die Garnele als auch der Spargel gewendet und anschließend frittiert.



Mit Gefühl: Bachmeier rührt die Hollandaise.



Da kommt Freude auf: Hans Jörg Bachmeier mit unseren Lesern beim Anrichten der Spargel-Teller.

KOCHBUCH

Flotte Küche: Ruck-zuck fertig

Manchmal muss es einfach schnell gehen. Da hat man weder Lust noch Zeit auf großes Chichi in der Küche. Wer für die Turbo-Küche Inspiration braucht, greift am besten zu „Ruck-zuck fertig“. Das neueste Werk aus der Hauswirtschafterei. Praktisch sind nicht nur die diversen Rezepte wie bunte Kartoffelpizza, Blechpannkuchen oder Flammkuchenschnitten, sondern auch Tipps und Tricks fürs Haushalten: Was gehört in den Vorratsschrank, wie kauft man clever ein und was sind die idealen Küchen-



helfer. Auch hilfreich: Wer einen Gefrierschrank hat, kann vorkochen. Nach dem Motto: einmal kochen, zweimal essen. Das spart im Alltag, wenn es wieder mal schnell gehen muss, enorm viel Zeit. Wer will schon immer zur Fertigpizza greifen? se
Flotte Küche. Ruck-zuck fertig. Silvia Schlögel und Christine Schilcher. Erschienen im AVA Verlag. 126 Seiten. 14,50 Euro.

Das ganze Jahr im Glas

Erdbeeren im Winter. Geht gar nicht. Der Aufschrei ist garantiert. Das muss aber nicht so sein. Das Beste aus allen Jahreszeiten im Glas macht selbst Erdbeeren im Winter ohne schlechtes Gewissen möglich. Mit 52 Rezepten zum Einmachen, Einkochen und Einwecken können wir unsere liebsten Obst- und Gemüsesorten aus dem Garten das ganze Jahr hindurch genießen. Das sind keine 08/15-Rezepte, sondern spannend gewürzte Gläser – für jede Woche im Jahr. Während man im Winter in aller Ruhe einen Essig für den Sommersalat ansetzt



oder einen Tonic-Sirup mit Zitrusfrüchten, geht es jetzt mit den ersten Kräutersirupen los. Selbst um grüne Erdbeeren braucht man künftig keinen Bogen mehr machen – sie schmecken herrlich zu deftigen Gerichten wie Hühnerfleisch. Vorausgesetzt, man hat sie vorher mehrere Wochen sauer eingelegt. Lauter überraschende Rezepte, die Lust machen, Obst und Gemüse von einer neuen Seite zu entdecken. Mit Omis traditioneller Einweckkunst haben diese Rezepte nicht viel gemeinsam. se
Das ganze Jahr im Glas. Ran ans Eingemachte. Andre Spange Nabulsi. Erschienen im DK Verlag. 232 Seiten. 19,95 Euro.