

Confierter Spargel mit Sauce gribiche

Zutaten für den Spargel (für 4 Personen):

- 12 Stangen weißer Spargel
- 2 Zwiebeln
- 4 EL Olivenöl
- 2 Zehen Knoblauch
- 100 g Haselnüsse
- 1,5 EL Honig
- 1 EL Apfelessig
- 2 Fleischtomaten
- Salz
- Pfeffer

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Spargel schälen und die angetrockneten Enden entfernen. Zwiebeln schälen und in feine Stifte schneiden. Knoblauch schälen. Tomaten säubern und halbieren. Haselnüsse grob hacken. Etwa ein Drittel der gehackten Nüsse für das Anrichten beiseitestellen.

Olivenöl in einem Bräter erhitzen. Spargelstangen anbraten, Zwiebeln und angedrückte Knoblauchzehen hinzufügen. Halbierte Tomaten mit der Schnittfläche nach oben ebenfalls in den Bräter legen. Haselnüsse darüberstreuen und alles mit Essig, Honig und 1 Schuss Olivenöl beträufeln. Zum Schluss noch Salz und Pfeffer hinzufügen. Den Spargel etwa 10 Minuten im Ofen garen.

Zutaten für die Sauce gribiche:

- 3 Bio-Eier
- 1 EL mittelscharfer Senf
- 1,5 TL Honig
- 1,5 TL Apfel-Balsamessig
- Salz
- Pfeffer
- 75 ml Olivenöl
- 1 Bund Schnittlauch
- alternativ: Kerbel

Eier wachweich kochen, dann abkühlen lassen und pellen. Eigelb in eine Schüssel geben, Eiweiß in kleine Würfel schneiden.

Eigelbe mit etwas Balsamessig, Senf und Honig verrühren, etwas salzen. Nach und nach Olivenöl in die Masse gießen. Dabei kräftig verrühren und zu einer cremigen Konsistenz aufschlagen. Schnittlauch oder Kerbel säubern und fein schneiden. Kräuter und Eiweiß-Würfel zur Masse geben und vorsichtig untermengen. Nach Belieben mit Salz und Pfeffer aus der Mühle nachwürzen.

Anrichten:

- 75 g Parmesan

Sauce gribiche auf Tellern verteilen. Spargel darauflegen und jeweils eine Tomatenhälfte daneben stellen. Mit den restlichen gehackten Haselnüssen und frisch geriebenem Parmesankäse bestreuen. Mit Kräutern garnieren.

Sendung/Quelle: Iss besser!

Sendetermin: 01.05.2022

Koch/Köchin: Tarik Rose

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen