

Ofen-Spargel mit Fettuccine und Wildkräutersalat

Zutaten für die Nudeln (für 4 Personen):

- 500 g feiner Weizengrieß
- 250 ml Wasser
- 1 TL Salz

Weizengrieß, Wasser und Salz vermischen und zu einem glatten, weichen Teig kneten. Die Teigkugel in Folie einwickeln und 30 Minuten in den Kühlschrank legen.

Den gekühlten Nudelteig portionsweise mit Hilfe einer Nudelmaschine zu Fettuccine verarbeiten. Einen großen Topf zur Hälfte mit Wasser füllen, das Wasser zum Kochen bringen, salzen und die frischen Nudeln in 2-3 Minuten fertig kochen.

Zutaten für den Spargel:

- 12 Stangen weißer Spargel
- 8 Stangen grüner Spargel
- Olivenöl
- Salz

Während der Nudelteig im Kühlschrank ruht, den Spargel vorbereiten. Die holzigen Enden abschneiden. Die weißen Spargelstangen schälen. Den Spargel auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen, mit etwas Olivenöl beträufeln und leicht salzen. Circa 10 Minuten bei 160 Grad (Ober-/Unterhitze) im vorgeheizten Ofen garen. Der Spargel darf noch etwas Biss haben.

Zutaten für die Sauce hollandaise:

- 100 ml Wasser
- 1 kleine Zwiebel
- 3 Zweige Estragon
- 1 Lorbeerblatt
- 0,5 TL Pfefferkörner
- 3 Eigelb
- 200 g Butterschmalz
- 1 Zitrone
- Weißwein
- Salz
- Pfeffer

Die Zwiebel schälen und würfeln. Mit Estragon, Lorbeer und grob zerstoßenen Pfefferkörnern in das Wasser geben, kurz aufkochen, den Sud vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

Die Zitrone auspressen. Das Butterschmalz zerlassen. In einer Schüssel über einem heißen Wasserbad das Eigelb mit dem Sud schaumig schlagen. Nach und nach tröpfchenweise das Butterschmalz hinzufügen und immer weiter rühren, bis eine homogene gebundene Soße entsteht. Zum Schluss mit etwas Zitronensaft und Weißwein sowie Salz und Pfeffer würzen.

Zutaten für den Wildkräutersalat:

- 200 g Wildkräutersalat
- 400 g Erdbeeren
- 2 TL Waldhonig
- 80 ml Olivenöl
- 0,5 Zitrone

- Salz
- Pfeffer

Den Salat und die Erdbeeren waschen. Den Blattkranz der Früchte abtrennen. Die Erdbeeren halbieren oder vierteln. Die Hälfte der Erdbeeren fein pürieren.

Für die Salatsoße das Erdbeerpüree mit Honig, Olivenöl, 1 Spritzer Zitronensaft, Salz und Pfeffer in ein sauberes Schraubglas füllen, das Glas zuschrauben und gut schütteln.

Den Salat auf Schälchen verteilen. Die Erdbeerstückchen dazugeben und mit dem Dressing beträufeln.

Anrichten und servieren:

- 1 Handvoll essbare Blüten

Den Salat mit essbaren Blüten überstreuen.

Die Nudeln auf Teller verteilen. Weiße und grüne Spargelstangen auflegen, darüber die Sauce hollandaise geben. Dann direkt servieren.

Sendung/Quelle: Wie lecker ist das denn?!

Sendetermin: 06.08.2023

Koch/Köchin: Bea Kaemena

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