

Spargelgratin

für 2 Personen mit weißem Spargel

500 g	Spargel
200 g	gekochter Schinken in Scheiben geschnitten
1 Bund	Frühlingszwiebeln
100 g	geriebener Käse (am besten Parmesan)
etwas	Butter
	Salz
1 Prise	Zucker
	frisch gemahlener Pfeffer



Zubereitung:

Spargel schälen und in einem Topf mit kochendem Wasser unter Zugabe von Salz, 1 Prise Zucker und einem kleinen Stückchen Butter bissfest kochen.

In der Zwischenzeit die Schinkenscheiben in ca. 1 cm Würfel schneiden und die gewaschenen Frühlingszwiebeln in ca. 1 cm Röllchen. Beide Zutaten in einer Pfanne mit etwas Butter leicht anbraten und mit gemahlenem Pfeffer würzen.

Die Schinken-Frühlingszwiebelmasse in einer gefetteten Auflaufform gleichmäßig verteilen, dann die gegarten Stangenspargel darauflegen und mit dem geriebenen Käse bestreuen. Einige Butterflöckchen auf den geriebenen Käse geben.

Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad ca. 15-20 Minuten gratinieren.

Als Beilage eignen sich sehr gut: Butterkartoffeln oder Baguette

Zubereitung Butterkartoffeln:

Am besten kleine Kartoffeln verwenden (pro Person 200 - 250 g). Kartoffeln mit Schale in Salzwasser garen. Danach abschütten und pellen. Große Kartoffeln in Scheiben schneiden. Die Butter in einer Antihaf-Pfanne erhitzen und von allen Seiten goldbraun anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Von Helga Strack

ホワイトアスパラガス・グラタン

材料（2人前）

ホワイト・アスパラガス	500g
ハム、スライスされたもの	200g
ねぎ	一束
おろしチーズ（できればパルメザン）	100g
バター	少々
塩	
砂糖	一つ
まみ	
ひきたての胡椒	



作り方

アスパラガスの皮をむき、塩、砂糖一つまみ、バターひとかけらを入れた熱湯で固ゆでする。

その間ハムを1cmの角切り、洗ったねぎを1cmの輪切りにする。それをフライパンで軽くバター炒めして、胡椒を挽きかける。

炒めたハムとねぎをグラタン皿に均等に敷き、ゆでたアスパラガスを長いままその上に並べ、おろしチーズを振りかける。チーズの上にバターを少しちぎってのせる。

200度に予熱しておいたオーブンで15～20分焼く。

付け合せにはじゃがいものバター炒めや、バゲットがとてもよく合います。

じゃがいものバター炒めの作り方

できれば小さなじゃがいもを使うとよい（1人あたり200～250g）。じゃがいもは皮つきのまま塩水で茹でる。水気を切り、皮を剥く。大きいものはスライスする。テフロン加工のフライパンでバターを熱し、じゃがいもの両面をきつね色になるまでこんがり焼く。塩・こしょうで味付けする。

ヘルガ・シュトラック

訳：吉田理香