



Gittruper Str 43, 48157Münster  
Tel 0251/329820 · Fax 0251/326871  
Internet: [www.spargelhof.net](http://www.spargelhof.net)  
E-Mail: [info@spargelhof.net](mailto:info@spargelhof.net)  
Täglich von 8 – 20 Uhr geöffnet

## Spargel asiatisch

### Spargel mit Huhn, Orange und Kardamom

1 kg weißer Spargel, 100 g Schalotten, 8-10 grüne Kardamomkapseln, 50 g getrocknete Aprikosen, 4 Hähnchenfilets mit Haut, Salz Pfeffer, 1 EL Schwarzkümmel, 2 EL Öl, Schale von ½ unbehandelten Orange, 20 g Butter, 375 ml Orangensaft, 225 ml Geflügelbrühe, 200 g Couscous, 1EL Speisestärke

Spargel schälen. Schalotten abziehen und würfeln. Kardamomsamen aus den Kapseln lösen und zermösern. Aprikosen in kleine Stücke schneiden. Hähnchen mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen. Im heißen Öl bei starker Hitze goldbraun anbraten und vom Herd nehmen. Den Spargel mit Kardamom und Orangenschale kurz in Butter andünsten, Orangensaft zugeben und salzen. Alles bei mittlerer Hitze 10-12 Minuten dünsten. Ab und zu wenden. Hähnchen im vorgeheizten Ofen bei 220° ca. 12 Minuten garen. Schalotten und Brühe aufkochen, Couscous und Aprikosen dazugeben. Vom Herd nehmen und ca. 7 Minuten quellen lassen. Stärke mit 1EL Wasser glatt rühren, unter den Orangenfond geben und kurz aufkochen lassen.

### Spargel mit Chili-Vanille-Sauce

1 kg Spargel, 1 rote Chilischote, 2 Vanilleschoten, 175 ml Apfel- oder Weißwein, 175 ml Apfelsaft, 3 EL Apfelmus, 2 EL Quittengelee, 1TL Speisestärke, Salz, 30 g Amarettikekse, 1 Knoblauchzehe, 30 g Butter, 50 g Mandelblättchen, geröstet, 800 g Kartoffeln, 3- 4 Stiele Basilikum, 200 ml Milch, abgeriebene Schale von 1 unbehandelten Zitrone

Spargel schälen. Chili halbieren, entkernen und fein hacken. Vanilleschoten längst aufschneiden und das Mark herausschaben. Chili, Vanillemark, Apfel- oder Weißwein, Apfelsaft und –mus mit Quittengelee verrühren und auf etwa 200 ml einkochen lassen. Stärke mit ca. 2 EL kaltem Wasser verrühren, in die Sauce einrühren, leicht salzen und aufkochen lassen. Amarettikekse fein zerbröseln. Knoblauch schälen und fein würfeln. In der Butter sanft anrösten, Mandelblättchen und Amaretti untermischen und leicht salzen. Kartoffeln schälen und in Salzwasser garen. Spargel und Vanilleschoten in wenig kochendem Salzwasser ca. 8 Minuten garen. Basilikum in Streifen schneiden. Milch und Zitronenschale mischen und erhitzen. Kartoffeln abgießen, grob stampfen, mit Zitronenmilch und der Hälfte der Mandeln mischen. Spargel abtropfen lassen. Mit Kartoffeln anrichten. Übrige Mandeln auf den Kartoffeln verteilen. Vanille-Apfel-Sauce über den Spargel träufeln. Basilikum darüber streuen.