



Das Heimat-Menü unserer Starköche

VORSPERISE

Spargelcremesüppchen mit Petersilienöl und Speckchip

ZUBEREITUNG

Für die Speckchips den Backofen auf 160 °C Umluft vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen, die Speckscheiben daraufgeben und im heißen Ofen (Mitte) etwa 20 Minuten langsam knusprig backen.

Inzwischen für die Suppe den Spargel schälen. Die Köpfe etwa 4 cm lang abschneiden und beiseitelegen. Den restlichen Spargel in Stücke schneiden. Schalotten und Sellerie schälen und in kleine Stücke schneiden. Den Lauch putzen, waschen und den weißen Teil fein schneiden. Die Butter in einem Topf erhitzen und Spargelstücke, Schalotten, Sellerie und Lauch darin bei mittlerer Hitze anschwitzen. Mit dem Weißwein ablöschen und mit Geflügel- oder Spargelbrühe auffüllen. Aufkochen lassen, dann die Temperatur reduzieren und das Gemüse bei mittlerer Hitze 15–20 Minuten weich garen.

Inzwischen für das Öl die Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen und grob hacken. Petersilie und Traubenkernöl in ein hohes Gefäß geben und mit dem Stabmixer fein pürieren. Das Öl mit Zitronenschale und -saft, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Suppe mit dem Stabmixer pürieren und durch ein Sieb passieren, dann wieder in den Topf füllen und die Spargelköpfe darin bei schwacher Hitze 8 Minuten erwärmen. Den Speck aus dem Ofen nehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen und in Stücke brechen.

Den Topf vom Herd nehmen. Das Eigelb mit der Sahne verquirlen und in die Suppe rühren. Mit Limettensaft, Zucker, Muskat, Salz und Pfeffer würzen.

Die Spargelcremesuppe in tiefe Teller geben, mit Petersilienöl beträufeln und mit einigen Speckchips garniert servieren.



© Manuela Rütger

ZUTATEN (für 4-6 Personen)

Für die Speckchips:

4 hauchdünne Scheiben Bauchspeck

Für die Suppe:

1 kg weißer Spargel

2 Schalotten

100 g Knollensellerie

1 Lauchstange

2 EL Butter

100 ml Weißwein

1 l Geflügelbrühe oder Spargelbrühe

1 Eigelb

300 g Schlagsahne

einige Spritzer Limettensaft

1 TL Zucker

frisch geriebene Muskatnuss

Für das Öl:

1 Bund Petersilie

125 ml Traubenkernöl (oder Olivenöl)

abgeriebene Schale u. Saft einer Bio-Zitrone

Zucker, Salz, frisch gemahlener Pfeffer



[Link zum Buch](#)



Das Heimat-Menü unserer Starköche

HAUPTSPEISE

Lammkoteletts mit Bärlauch-Parmesan-Kruste

ZUBEREITUNG

1. Die Lammkoteletts waschen und trocken tupfen. Die Kräuter und den Käse mischen und mit dem Öl zu einer Paste verarbeiten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
2. Die Lammkoteletts auf dem Rost bei direkter Hitze (250–300 °C) erst auf einer Seite 2–3 Minuten grillen. Danach vom Grill nehmen und die gegrillten Flächen mit der Kräuterpaste bestreichen.
3. Anschließend die Lammkoteletts auf der anderen Seite noch 2–3 Minuten grillen. Sofort servieren, dazu passt Spitzkohlsalat.



© Vivi D'Angelo

ZUTATEN (für 4 Personen)

- 16 Lammkoteletts
- je 3 EL gehackter Bärlauch, Schnittlauch, Rosmarin und Petersilie
- 2 EL geriebener Parmesan
- 6 EL Olivenöl
- Salz
- grob gemahlener schwarzer Pfeffer



[Link zum Buch](#)



Das Heimat-Menü unserer Starköche

NACHSPEISE

Türkischer Joghurt, Aprikosen, Nüsse und Himbeeren

ZUBEREITUNG

Den Zucker in einem Topf karamellisieren lassen und mit dem Weißwein ablöschen. Den Pfirsichsaft sowie die ausgekrazte Vanilleschote dazugeben und erhitzen. Die Aprikosen waschen, halbieren und vom Kern befreien. Die Aprikosenhälften in den Sud legen und 4 Minuten darin ziehen lassen, bis sich die Haut löst. Die Früchte aus dem Sud nehmen, von der Haut befreien und in einer Schüssel beiseitestellen. Den Sud durch ein Sieb gießen, erneut in den Topf geben, sirupartig einkochen lassen und über die Aprikosen geben.

Den Backofen auf 180 °C vorheizen. Pistazien und Mandeln im Ofen 8 Minuten rösten, dann in eine beschichtete Pfanne geben und nach und nach bei sanfter Hitze den Puderzucker darüberstreuen, sodass die Nüsse den Zucker aufnehmen.

Den Joghurt mit dem Honig mischen und abwechselnd mit Aprikosen und Himbeeren in Gläser schichten. Die Nüsse erst direkt vor dem Servieren über den Joghurt streuen, sonst ziehen sie Wasser und sind nicht mehr crunchy.



© Sandra Eckhardt

ZUTATEN (für 4 Personen)

Aprikosen:

2 EL Zucker
200 ml Weißwein
300 ml Pfirsichsaft
1 ausgekrazte Vanilleschote
300 g reife Aprikosen

Nüsse:

50 g Pistazienkerne
50 g Mandelstifte
50 g Puderzucker

Türkischer Joghurt:

400 g türkischer Joghurt (10 % Fett)
2 EL Honig
125 g Himbeeren



[Link zum Buch](#)