

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 17. Juni 2026** ▪
Vegetarische Küche mit Cornelia Poletto



Laurence Saas

Dreierlei vom grünen Spargel mit frittiertem Ei

Zutaten für zwei Personen

Für den gebratenen Spargel:

500 g grüner Spargel
1 Zitrone, Abrieb
20 g Butter
1 EL Olivenöl
Fleur de Sel, zum Würzen
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die holzigen Enden des Spargels abschneiden. Spargelspitzen abschneiden und beiseitelegen. Rest in Stücke schneiden.

Butter und Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Spargelspitzen 3-4 Minuten braten, bis sie Farbe, aber noch Biss haben. Mit Fleur de Sel, Zitronenabrieb und Pfeffer würzen.

Für die Spargelcreme:

Spargelabschnitte, von oben
30 g Butter
350 ml Gemüsefond
Yuzu-Salz, zum Abschmecken
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Butter in einem Topf schmelzen. Beiseitegelegte Spargelstücke beigegeben. Mit Yuzu-Salz und Pfeffer würzen. Kurz anschwitzen.

Mit Gemüsefond aufgießen und ca. 10-15 Minuten weichkochen. Fein mixen, durch Sieb passieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Warmhalten.

Für den marinierten Spargel:

2 Stangen grüner Spargelstangen
1 Zitrone, Abrieb
1 TL Olivenöl
1 EL Yuzu-Essig
Yuzu-Salz, zum Würzen

Die holzigen Enden des Spargels abschneiden. Spargelspitzen abschneiden und beiseitelegen. Rest fein hobeln und mit Olivenöl, Zitronenabrieb, Yuzu-Essig und Yuzu-Salz marinieren.

Für das frittierte Ei:

3 Eier
Mehl, zum Mehlieren
Panko, zum Panieren
Neutrales Öl, zum Frittieren

Zwei Eier 6 Minuten und 15 Sekunden kochen. Sofort in Eiswasser abschrecken und vorsichtig schälen.

Eine Panierstraße aus Mehl, verquirltem Ei und Panko herstellen. Eier zuerst in Mehl wenden, dann durch verquirltes Ei ziehen, anschließend in Panko panieren und kühl stellen.

Das Öl in der Fritteuse auf 175 Grad erhitzen und Eier darin ca. 45 Sekunden goldbraun frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Garnitur: Kräuter zupfen. Kresse schneiden. Olivenöl mit Zitronenabrieb vermengen.
1 Zitrone, Abrieb
1 EL Olivenöl
1 Beet Kresse
1 Zweig Basilikum
1 Zwei glatte Petersilie
½ Bund Kerbel
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Spargelcreme in tiefe Teller geben. Gebratene Spargelspitzen darauf platzieren und marinierten Spargelsalat locker daneben geben. Frittiertes Ei in die Mitte geben. Mit Kräutern, etwas Pfeffer, Zitronenabrieb und wenigen Tropfen Öl garniert servieren.