

# Strasser



Grünpargel  
Mag. Sonja Strasser

Mistelbacherstraße 28 | 2193 Wilfersdorf  
Tel | 0664 - 6338822 od. 0664 – 8622594  
E-Mail | sonja-strasser@aon.at  
Web | www.strasser.at.st

## Reispfanne mit grünem Spargel

### Zutaten:

100 g Reis, 500 g grüner Spargel, 250 g Putenbust oder Putenschnitzel, 2 handvoll Erbsen (frisch oder TK), Salz, Pfeffer, 1 kleine Zehe Knoblauch, Cayennepfeffer, 1 kleine Zwiebel, Butter oder Margarine.

### Zubereitung:

Zuerst den Reis kochen. Während der Reis gart, den Spargel in mundgerechte Stücke schneiden und mit den Erbsen bissfest blanchieren. Die Zwiebel und das Putenfleisch würfeln.

Wenn der Reis fertig ist, abgießen aber nicht abspülen. Die Zwiebeln in etwas Butter oder Margarine glasig dünsten. Die Putenwürfel dazu geben und beides anbraten, bis das Fleisch braun ist. Dann das Gemüse dazu geben und kurz mitbraten. Zum Schluss den Reis dazu und mit den Gewürzen abschmecken.

Quelle: <http://www.winke-winke.at/rezepte/seite22.pdf>

## Spargelrisotto

### Zutaten:

50 dag Spargel, Wasser, Salz, Zucker, Zitronensaft.  
3 EL Schlagobers, 2 kleine Zwiebeln, 3 dag Butter, 30 dag Risottoreis.  
1/8 l trockener Weißwein.  
Salz, Pfeffer aus der Mühle, 7 dag Parmesan.

### Zubereitung:

Spargel wenn nötig schälen, in 1 cm große Stücke schneiden. Wasser zum Kochen bringen, würzen. Spargelstücke 5-8 Minuten bissfest darin garen. Spargelstücke herausnehmen, Sud

beiseite stellen, 1/3 der gegarten Spargelstücke mit Schlagobers pürieren. Zwiebel fein hacken, in Hälfte der Butter glasig andünsten, Reis dazugeben und ebenfalls glasig dünsten.

Wein mit Spargelsud mischen und nach und nach unter ständigem Rühren zum Reis geben. Immer erst nachgießen, wenn Reis die Flüssigkeit aufgenommen hat! Reis 20 Minuten schwach köchelnd garen. Spargelstücke und Spargelpüree unterheben, mit Salz und Pfeffer abschmecken, übrige Butter und Parmesan untermischen.

Hauptspeis: mit Salt serviert.

Beilage: zu gebratenem Fisch, Rind, Geflügel, Schweinsmedaillon, - kotelette, zu gegartem Gemüse „allerlei“.

**Guten Appetit!**

Quelle: <http://www.reicher-spargel.at/reicher/files/1268473694790.pdf>