



Ofenspargel mit feiner Hollandaise

Ein frisch-frühlingshaftes Geschmackserlebnis

Zubereitung

1. Weißen Spargel schälen und die Enden abschneiden. Vom grünen Spargel das untere Drittel schälen und ebenfalls die Enden abschneiden. Vier Blätter Butterbrotpapier bereitlegen und den Spargel darauf verteilen. Die Zitrone in dünne Scheiben schneiden und auf den Spargelportionen verteilen.
2. Anschließend den Spargel mit 4 EL NATURATA Olivenöl beträufeln, mit NATURATA Salz würzen und einen Stiel Zitronenthymian hinzufügen. Das Pergament zu einem Päckchen einschlagen und an den Enden mit einer Schnur verschließen. Die Päckchen auf ein Backblech setzen und im vorgeheizten Ofen bei 170°C Umluft 20 - 25 Minuten garen.
3. Zwischenzeitlich die Margarine in einem Topf zerlassen. Das Mehl einrühren und kurz köcheln lassen, sodass eine Mehlschwitze entsteht. Die NATURATA Gemüsebrühe hinzufügen und alles gut verrühren.
4. Pflanzencreme, NATURATA Weißweinessig und NATURATA Honig Senf Sauce ebenfalls hinzufügen und unter Rühren aufkochen, bis die Sauce eine cremige Konsistenz hat. Die fertige Sauce zum Schluss mit NATURATA Hefeflocken, NATURATA Salz und einer Prise Cayennepfeffer abschmecken.
5. Sonnenblumenkerne in eine Pfanne geben, vier Scheiben NATURATA Knäckebrot dazu bröseln und mit 2 EL NATURATA Olivenöl beträufeln. Für einige Minuten goldbraun anrösten und mit einer Prise NATURATA Salz würzen.



Zubereitungszeit: Kurz

Zutaten

Naturata Zutaten

- 4 EL + 2 EL Olivenöl Kreta PDO nativ extra
- 200 ml Gemüsebrühe mit Bio-Hefe
- 2 EL Weißweinessig
- 2 EL Honig Senf Sauce
- 1 EL Melasse Hefeflocken, 100 % Bio-Hefe
- 4 Scheiben Delikatess Vollkorn-Knäckebrötchen
- Atlantik Meersalz, fein

Weitere Zutaten

- 1 kg Spargel, weiß
- 1 kg Spargel, grün
- 4 Stiele Zitronenthymian
- 1 Stück Zitrone
- 80 g Magerine
- 20 g Mehl
- 200 g Pflanzencreme
- 1 Priesse Cayennepfeffer
- 50 g Sonnenblumenkerne