

**ANDREAS
GEITL**

Andreas Geitl agierte 2003 -2018 als Küchendirektor der Münchner Traditionsgaststätte PAN, des Paulaner Festzelts Winzerer Fähndl auf der Wiesn u. des Restaurants Grünwalder Einkehr. Er ist Autor von fünf Kochbüchern, das neueste „Sonntagsbraten“ erschien im Dez. 2019. Andreas kocht seit 2004 regelmäßig im Bayerischen Fernsehen bei „Wir in Bayern“ Jetzt arbeitet er als gastronomischer Berater. Die kulinarische Branche weltweit schätzt seinen fachmännischen Rat und seine umsetzbaren Ideen „Made in Bavaria“ In seiner Kochschule heißt es (hoffentlich wieder bald) Kochen & Genießen, .

*Noch mehr unterl
www.andreasgeitl.de*



Spargelissimo

Spargel, das königlich Gemüse, für jeden Koch und jeden Gast ein wirklicher Hochgenuss. Aus meiner Sicht eins der wenigen noch verbliebenen Produkte, welches man ausschließlich in der Saison von Anfang April bis max. 24. Juni, denn am Johannitag ist Schluss mit Stechen, anbietet, pflegt, und fast a bisserl ehrfürchtig genießt. Gleich vornweg: Keine Angst vorm Schälen, aber bitte auch a bisserl mehr Großzügigkeit dabei, auch beim Enden abschneiden. Übrigens: Etwa ein Drittel des Spargels, von der Spitze ab gerechnet, braucht und soll man nicht schälen! Und nicht zu lange garen, dafür habe ich eine ganz eigene, schonende und wirklich gelingende Garmethode entwickelt. Das Kochwasser soll gut gewürzt sein, mit Salz, Zucker und reichlich Butter. Zitrone wird häufig auch genannt, ich empfehle sie nicht, nicht beim Spargel kochen. Und weißer wird er mit Zitrone auch nicht, muss er ja auch gar nicht. Butter ist wichtig, so etwa 5 % vom Spargelgewicht sollte schon sein, mehr ist besser. Keine Sorge, die Butter geht ja nicht verloren. Die haben wir ja dann im Sud, den wir zu einer feinen Suppe verarbeiten (können und sollen). Und zum gut gewürzten Spargelwasser ist zu sagen: Spargel besteht zu mehr als 90% aus Wasser. Davon verliert er

etwa 30% beim Kochen, welches beim Garvorgang in den Sud gelangt, dieser wird also quasi mit dem eigenen „Spargelflüssigkeitsverlust“ verlängert und deshalb braucht`s dafür a bisserl mehr Gewürz. Wir wissen, Wie wir wissen, gibt es viele Methoden Spargel zu garen, dünsten, braten, schmoren, im Vacuum garen, Dämpfen, Grillen, Sous vide..., Und gefühlt täglich, kommen weitere hinzu. Alle haben Ihre Berechtigung. Aber nach wie vor, mag er auch einfach gerne behutsam gekocht werden, der Spargel. Allerdings: Klassisch-Modern-Elegant. Über den gesundheitlichen Aspekt möchte ich mich hier nicht näher auslassen. Nur ein paar Stichworte: Nierenreinigend, hoher Vitamingehalt, aphrodisierend für Männer, aber wohl noch mehr für Frauen, ein Schlankmacher,... Kulinarisch gesehen passt er zu Vielem, aber egal wo und mit wem er sich auf dem Teller aufhält, welche würzige, raffinierte, aromatische, gehaltvolle Soße ihn umschmeichelt, welch tolles Gemüse, welch Fisch, Fleisch, Schinken... sich mit ihm präsentiert, welch noch so kreative Zubereitung und Präsentations-Akrobatik sich der Koch ausdenkt: Er, der Spargel, muss die Hauptrolle spielen, die Nebenrolle steht ihm nicht, wird ihm nicht gerecht.

**Spargel kochen -
so gelingt's - das
Grundrezept**

Zutaten für: 

Spargel
1.500 g Spargel
80 g Butter

Gewürze
Salz, Zucker
Fleur de Sel

Zubereitung

Spargel
Spargel schälen, beginnend etwa 1/3 unter dem Kopf. Enden großzügig abschneiden. In ein passendes Gefäß schichten und Butter dazu geben in einem separaten Topf Kochwasser mit Salz und Zucker abschmecken, leicht „überwürzen“. Dieses Wasser kochend heiß über den Spargel schütten, so dass er knapp bedeckt ist.

Mit einem sauberen Tuch bedecken und leicht beschweren, damit auch aller Spargel im Wasser ist. Einmal etwa eine Minute aufkochen lassen, dann vom Feuer nehmen und ca. 40 Minuten gar ziehen lassen. Der Spargel soll noch „Biss“ haben. So gart er ganz schonend und gleichmäßig.

TIPP: Nehmen Sie sich diese Zeit, der Spargel gart quasi rückwärts „beim Abkühlen“. Das ist die schonendste und beste Methode. Aber Geduld, er wird gar, auch wenn er nach der Minute kochen noch sehr „ungar“ ausschaut. Und noch was: Garen Sie ihn rechtzeitig, so 1 Stunde vor dem geplanten Genuss darf's schon sein - der Spargel ist entspannt - und Sie auch :-)



Spargel mit Wiener Schnitzel, Mandelbutter und Preiselbeer-Senf (der moderne Spargel-Klassiker)

Zutaten für:

Spargel

1.200 g Spargel lt. Grundrezept gegart
(brutto 2000g)

Braune Mandelbutter

150 g Butter
50 g Mandelstifte

Wiener Schnitzel

4 St. Kalbsschnitzel à 80-100 g
30 g Mehl
2 St. Vollei
1 St. Eigelb
100 g Semmelbrösel

Zum Braten

100 g Butterschmalz

Preiselbeer-Senf

200 g Preiselbeeren aus dem Glas
1 EL Scharfer Senf
2 EL Körniger Rotisseursenf
0,5 St. Zitronensaft
0,5 St. Zitronenabrieb
Frisch gemahlener Pfeffer u. eine Prise Chili

Gewürze

Salz, Pfeffer

Zubereitung

Wiener Schnitzel

Schnitzel zwischen Klarsichtfolie etwa 0,5 cm dünn klopfen, salzen und pfeffern. Leicht mit Wasser befeuchten, danach in Mehl, Ei vermengt mit Eigelb und Semmelbrösel panieren. In ausreichend Butterschmalz in einer Pfanne unter häufigem Schwenken braten.

Preiselbeersenf

Eingemachte Preiselbeeren mit scharfem Senf und körnigem Rotisseursenf, Zitronensaft und -abrieb verrühren, mit einem Hauch Chili und frisch gemahlenem Pfeffer schärfen.

Braune Mandelbutter

Mandeln in 100 g Butter bräunen. Wenn es schön nussig riecht, die restliche 50 g kalte Butter zugeben, um den Bräunungsprozess zu stoppen, leicht salzen.

Die Mandelbutter idealerweise direkt über den Spargel verteilen oder separat reichen.

Dazu Butterkartoffeln

Spargel mit Zitronen- Hollandaise und Kartoffel-Parmapflanzerl

Zutaten für:

Spargel

2 kg Spargel garen lt. Grundrezept

Sc. Hollandaise

3 St. Eigelb
2 EL Weißwein

Saft & Abrieb einer Bio-Zitrone

Salz
0,25 Kg Butter erwärmt

Gewürze

Salz, Zucker, Fleur de Sel

Zubereitung

Zitronen-Hollandaise

Butter flüssig machen, sie sollte etwa 50° heiß sein (hält man mit dem Finger noch aus). Eigelb, Weißwein, Zitronensaft, Zitronenabrieb, Salz verrühren und im Wasserdampf cremig aufschlagen. Immer wieder kurz vom Feuer nehmen, damit es ja nicht zu heiß wird.

Wenn's schön cremig ist, ganz vom Feuer gehen und die Butter, anfangs wirklich nur tröpfchenweise und dann immer zügiger, einrühren, ähnlich wie bei Mayonnaise. An einem warmen Ort (z.B. Heizkörper) bis zum Essen bereithalten.

Servieren

Spargel aus dem Sud nehmen, gut abtropfen, mit Fleur de Sel nachwürzen. Mit Zitronen-Hollandaise und Kartoffel-Parmapflanzerl servieren.

Kartoffel- Parmapflanzerl

Masse

600 g Kartoffeln geschält
3 St Eigelb
ca.80 g Kartoffelstärke
80 g Parmaschinken fein gewürfelt
50 g Zwiebeln fein gewürfelt
je 1 EL geschnittene Petersilie,
Basilikum u. Schnittlauch

Zum Würzen

Salz, Muskat

Zu Braten

2 EL Butter

Zubereitung

Kartoffel-Parmapflanzerl

Zwiebel in Butter anbraten, Parmaschinken nur kurz mitbraten. Kartoffeln klein schneiden, in Salzwasser kochen, abschütten, gut ausdampfen lassen und mit dem Kartoffelstampfer zerdrücken. Kartoffelstärke, Eigelbe, Zwiebel-Schinken und zerkleinerte Kräuter zugeben. Eine griffige Kartoffelmasse herstellen, würzen mit wenig Salz und Muskat Masse zu einer schlanken Rolle formen – etwa 3 bis 4 cm Durchmesser. Davon etwa 1,5 cm dicke „Pflanzerl“ abschneiden, in schäumender Butter bei geringer Hitze braten.

Zum Spargel servieren



Rucolaeisparfait mit karamellisiertem Spargel und Schokoladenhupferl



Zutaten für: (5)

Zubereitung

Parfait-Masse

1 St	Ei
2 St	Eigelb
80 g	Zucker
1 St	Mark der Vanilleschote
ca. 10 ml	Aprikosenschnaps
1,5 Blatt	Gelatine
50 g	Crème fraîche

Aroma

50 g	Rucola, junge feine Qualität
50 ml	Sahne
25 g	Geriebene Mandeln
Saft von 0,5 St	Zitrone
Abrieb 0,5 St	Zitrone
130 g	Schlagsahne

Spargel

12 St.	Spargel lt. Grundrezeptur gegart
15 g	Butter
20 g	Puderzucker

Garnitur

80 g	Aprikosenspalte
40 g	Himbeeren
	Rucolafäden

Rucolaeisparfait

Ei, Eigelbe, Zucker und Vanille warm aufschlagen. Vom Feuer nehmen, Rucolapüree, Mandeln, Zitronensaft, Zitronenabrieb und Aprikosenschnaps unterrühren. Gelatine in kaltem Wasser einweichen, ausdrücken, in erwärmter Crème fraîche auflösen und flott unter die Masse rühren. Masse kalt rühren, an besten in Eiswasser. Wenn die Masse beginnt fest zu werden, flott etwa ein Drittel der Schlagsahne kräftig unterrühren, den Rest vorsichtig unterheben. Masse zügig in die gewünschte mit Klarsichtfolie ausgelegte Form füllen und mindestens 4 Stunden, besser über Nacht, frosten.

Spargel

Spargel mit Butter und Puderzucker unter häufigem Schwenken karamellisieren.

Fertigstellen und anrichten

Rucolaeisparfait etwa 15 Minuten vor dem Verzehr aus der Form stürzen, in Scheiben schneiden und zusammen mit dem karamellisierten Spargel und dem warmen Schoko-Hupferl anrichten. Mit Aprikosen, Himbeeren und Rucola garnieren.

Ich sehe die Frage in Ihren Augen: Rucolaeisparfait und süßer Spargel? Probieren Sie's - dann g'spüren Sie's - ein Hammer!!!

Auf unserem Foto sehen Sie noch ein Krügerl mit Süßwein, ein wirkliches Dessert für Kenner und Genießer - genau etwas für Sie!

Schokoladen - Hupferl

Schokoladen-Masse

75 g	Bitterkuvertüre
50 g	Butter
50 g	Zucker
2 St	Eier
Prise	Salz
90 g	Gemahlene Mandeln

Für die Form

Butter und Semmelbrösel
Semmelbrösel

Zubereitung**Schokoladen-Hupferl**

Eier trennen, Kuvertüre schmelzen. Butter, Eigelbe und die Hälfte Zucker sehr schaumig rühren. Eiweiß mit restlichem Zucker und einer Prise Salz steif schlagen

Kuvertüre zur Butter-Zucker-Eigelbmasse rühren. Eischnee und Mandeln unterheben.

Kleine Förmchen mit weicher (nicht flüssiger) Butter ausstreichen und mit Semmelbrösel „ausklopfen“.

Im auf 170° vorgeheizten Backofen 15-20 Min. backen. Nach dem Backen kurz ruhen lassen und vorsichtig aus der Form lösen.

Blauer Kartoffelsalat mit Spargel und Mango

Zutaten für:

Zubereitung

Kartoffelsalat

600 g	Blaue Kartoffeln
1 TL	Kümmel (Trüffelkartoffel)

Marinade

80 g	Blaue Zwiebel
100 ml	Apfelsaft
250 ml	Spargelsud
60 ml	Milder Essig
100 ml	Pflanzenöl
1 TL	Scharfer Senf
1 EL	Frisch geschnittene Blatt Petersilie
1 EL	Frisch geschnittene Minze
	Salz, Pfeffer, Zucker

Spargel

600 g	lt. Grundrezept gegart
1 St.	Mango nicht zu reif

Garnitur

10 St	Radieserl in Scheiben geschnitten
50 g	Frisee

Blauer Kartoffelsalat

Kartoffeln sauber waschen, in reichlich gesalzenem Wasser mit Kümmel garen.

Marinade

Zwiebel schälen, in kurze Streifen schneiden, in Apfelsaft 2 Min. kochen, vom Feuer nehmen. Mit Spargelsud, Öl, Salz, Pfeffer, Zucker, Essig und Senf eine sehr kräftige, säurehaltige Marinade herstellen. 2/3 für die Kartoffeln, 1/3 für Spargel/Mango bereithalten.

Kartoffel marinieren

Noch gut warme Kartoffeln mit der Schale in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Leicht salzen, in 2/3 der Marinade einige Minuten ziehen lassen, abschmecken. Petersilie und Minze zugeben

Spargel/Mango marinieren

Gegarten Spargel schräg in drei Teile schneiden. Mango schälen, Kern entfernen und in Spalten schneiden. Spargel und Mango in der restlichen 1/3 Marinade ebenfalls einige Minuten ziehen lassen.

Fertigstellen und anrichten

Marinierte Kartoffeln, Spargel und Mango mit etwas Marinade anrichten. Mit Radieserlscheiben und Frisee aufhübschen.

Wer mag, kann hier auch noch ein Stückler warmes Fleisch, Fisch oder Geflügel dazu reichen - als echter „Blaublütiger“ hat er's gern a bisserl edel und in der attraktiven Spargel-Begleitung sowieso.



Zutaten für: (4 Personen)

Spargel
800 g frischer Holledauer (Pömbacher) Spargel
100 ml Orangensaft
1 TL Zucker
1 Ei Butter
50 g Frühlingszwiebel
Salz, eine Prise getrocknete Chiliflocken

Salat
150 g Verschiedene Frühlingsalate geputzt
Frisee, Romana, Kresse, Baby Leavs...
10 St Radieserl

Kartoffeln
500 g Neue Kartoffeln in der Schale gekocht (Vortag) *Bamberger Hörnchen 5 kg kaufen*

Holledauer Marinade
125 ml Weißbier
125 ml Apfelsaft
80 ml Pflanzenöl
40 ml Apfelessig (oder weißer Balsamico)
10 g Aprikosenmarmelade
0,5 TL Scharfer Senf
1 Msp.. Curry
Salz, Pfeffer

Fleisch
300 g Kalbsfilet-Medaillons à 60 - 80g
Salz, Pfeffer

Zum Braten
20 g Butterschmalz

„Hollедauer Frühling“

Zubereitung

Vorbereiten

Kartoffeln schälen und in Spalten schneiden. Spargel schälen und großzügig die Enden abschneiden. Salate putzen, waschen und trocknen. Radieserl mit etwas Grün dran in feine Scheiben schneiden. Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden.

Spargel

Schräg halbieren und in Butter, Zucker und Orangensaft unter häufigem Schwenken bissfest glasieren. Salzen und, falls die Flüssigkeit nicht reicht, noch etwas Wasser nachgießen. Der Spargel soll immer etwas Feuchtigkeit haben, aber nie schwimmen. Zuletzt die Frühlingszwiebelringe einschwenken. Die Zwiebeln sollen nur a bissel warm werden, nicht garen. Abschmecken mit Salz und einer Prise Chili

Kartoffeln

In Butterschmalz knusprig braten, salzen.

Holledauer Marinade

Alle Zutaten zu einer homogenen Marinade rühren.

Kalbsfilet-Medaillons

Salzen, pfeffern und in Butterschmalz bei mittlerer Hitze braten. Kurz am Herdbrand ruhen lassen.

Den „Hollедauer Frühling“ attraktiv auf den Teller bringen

Falls Sie die Möglichkeit haben, auch noch an „Hopfen-Spargel“ zu kommen, auch der würde exzellent den „Hollедauer Frühling“ repräsentieren.



Königssee Saibling auf mediterranen Spargelgröstl

Zutaten für: (4 Personen)

Fisch
600 g Saiblingsfilet (w.m. vom Königssee)
30 g Mehl
1 St. Zitrone
Salz, Pfeffer

Zum Braten
80 ml Olivenöl

Spargel-Gröstl
800 g Spargel weiß
1 TL Puderzucker
100 g Lauchzwiebeln
50 g Oliven
50 g Pinienkerne (alternativ Mandeln)
100 ml Weißer Portwein
200 g Tomaten
2 Ei Frühlingskräuter, Kerbel, Minze, Petersilie – alles geht)
Zitronenabrieb
Salz, Pfeffer, Zucker, Chiliflocken

Zubereitung

Vorbereiten

Saiblingsfilet in ca. 50 g große Stücke schneiden. Spargel schälen, großzügig die Enden abschneiden, schräg in 3 bis 4 Teile schneiden Lauchzwiebel in 5 cm lange Stücke schneiden, Oliven entkernen. Tomaten schälen, entkernen und in etwa 2 cm große Stücke teilen. Pinienkerne trocken rösten. Kräuter waschen, trocknen und grob schneiden.

Spargel-Gröstl

Spargelstückerl in Olivenöl anbraten, mit Puderzucker glasieren, salzen, etwa 2 Minuten behutsam weiterbraten, danach die Lauchzwiebel und die Pinienkerne zugeben, weiter braten. Immer wenn es zu sehr röstet, mit einem Spritzer weißen Portwein ablöschen. Das Gröstl dauert gute 5 Minuten. Als letztes Tomaten, Oliven und Kräuter einschwenken, fertig abschmecken mit Salz, Zucker, Zitronenabrieb und einem Hauch Chili. Wer mag (also ich mag das), gibt zum Schluss noch einen ordentlichen Schluck bestes Olivenöl dazu.

Saiblingsfilets

Würzen mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft. Die Hautseite in Mehl wenden und in Olivenöl überwiegend auf der Hautseite glasig braten.

Fertigstellen und anrichten

Saiblingsfilets auf dem saftigen Spargelgröstl anrichten.



„Strammer Max trifft weiße Lady“ mit Radieserl-Vinaigrette

Zutaten für:

- Spargel**
800 g Spargel bissfest gegart lt. Rezeptur
4 Scheiben Bauernbrot
200 g 8 Scheiben gekochter Schinken
100 g 4 Scheiben würziger Bergkäse

- Radieserl-Vinaigrette**
3 Ei Spargelsud
50 ml Olivenöl
3 Ei Sherry-Essig
1 TL Aprikosenmarmelade
Salz, Pfeffer
10 St Radieserl

- Eier**
4 St Eier

- Zum Braten**
50 g Butter
2 Ei Fein geschnittene Schnittlauchröllchen

Zubereitung

Vorbereiten
Bissfest gegarten Spargel der Länge nach halbieren und in Butter leicht braten. Salzen, Brot in Butter nicht zu stark anrösten. Schinkenscheiben leicht erwärmen. Radieserl in feine Scheiben schneiden.

Radieserl-Vinaigrette
Spargelsud, Salz, Pfeffer, Aprikosenmarmelade, Sherry-Essig und Olivenöl gut verrühren, kräftig abschmecken, Radieserlscheiben untermengen.

Spiegeleier
Mit Butter in einer beschichteten Pfanne herstellen.

„Max“ zusammenbauen
Warme Brotscheiben mit Käse und warmem Schinken belegen, Spargel hübsch darauf platzieren, Radieserl-Vinaigrette darüber verteilen, mit Spiegelei und Schnittlauchröllchen vollenden. Und jetzt noch reichlich frisch gemahlene Pfeffer drüber – und genießen

Zutaten für:

- Spargel**
1000 g Spargel zubereitet lt. Grundrezeptur

- Weißwurst**
4 St. Weißwurst
1 TL Meerrettich
1 TL Scharfer Senf
1 TL Curry
0,5 TL Ras el Hanout
1 Prise Chili
0,5 St. Zitronenschale (Abrieb einer Bio-Zitrone)

- Panieren**
40 g Mehl
2 St. Ei
70 g Brezenbrösel (oder Semmelbrösel)

- Zum Ausbacken**
50 g Butterschmalz

- Linsen**
300 g Belugalinsen
80 g Butter
Ca. 2 Ei Balsamicoessig
50 g Rote Zwiebeln fein gewürfelt
50 g Stangensellerie fein gewürfelt

- Gewürze**
Salz, Zucker und Pfeffer aus der Mühle

- Garnitur Intern**
15 g Salatmix, Frisee, Mizuna (saisonal nach Gusto)

Spargel mit Beluga-Linsen und knuspriger Weißwurst

Zubereitung

Knusprige Weißwurst
Die Weißwürste von der Haut befreien, mit Senf, Meerrettich Curry, Ras el Hanout und Zitronenabrieb nicht zu sparsam marinieren. Die Weißwürste nun mit Mehl, Ei, Brezenbrösel panieren und goldbraun ausbacken.

Linsen
Ohne Salz, in ca. 30 Minuten gar kochen, absieben, sie sollten nicht zu weich sein. Rote-Zwiebel- und die Selleriewürfel in etwa 30 g Butter andünsten und die gekochten, noch warmen Linsen zugeben. Abschmecken mit Salz, Pfeffer, Zucker und einem Schuss Essig. Zuletzt die restliche Butter einschwenken, so dass eine leichte Sämigkeit entsteht.

Fertigstellen und anrichten
Spargel, Linsen und die knusprigen Weißwürste hübsch auf dem Teller arrangieren.

Eine Komposition aus der Rubrik „Bayern traut sich“

Sparen Sie nicht mit Butter bei den Linsen, die brauchen sie – und der Spargel auch