



Grundsätzliches zum Spargel

Drei Farben: weiß, violett oder grün

Das Sonnenlicht bestimmt die Farbe

Spargel gibt es in drei unterschiedlichen Farben. Durch die Sonnenstrahlung verfärben sich die zunächst vollständig mit Erde bedeckten weißen Spargelstangen violett, später dann grün.

Weißer Bleichspargel - weißer Spargel

Der weiße, besonders mild schmeckende Bleichspargel wird hierzulande von der Mehrheit der Spargelliebhaber bevorzugt. Er wird in den typischen Erdwällen oder Spargeldämmen kultiviert und wird gestochen, sobald sich die Erdoberfläche leicht hebt und bevor er mit dem Sonnenlicht in Berührung kommt. Daher bleiben bei ihm auch die Spargelspitzen makellos weiß.

Violetter Bleichspargel - Violetter Spargel

Violetter Spargel wird wegen seines feinen, im Vergleich zum Bleichspargel minimal kräftigeren und würzigeren Geschmacks besonders in Frankreich geschätzt. Auch im deutschsprachigen Raum wird er von Kennern gerne gewählt. Violetter Spargel wird gestochen, wenn er die Erdoberfläche schon leicht durchbrochen hat. Bei Lichteinwirkung färben sich die Spargelspitzen durch Anthocyan schnell violett. Violetter Bleichspargel ist leider im Handel noch eher selten zu finden. Da sich sein Geschmack nur geringfügig vom weißen Spargel unterscheidet, eignet sich violetter Spargel für alle klassischen Spargelgerichte.

Grünspargel - Grünspargel

Grünspargel wird ohne Erdwälle (Spargeldämme) angebaut und schmeckt dem ursprünglichen Wildspargel noch am ähnlichsten. Er wächst weitgehend über der Erde und verfärbt sich durch das Sonnenlicht auf seiner ganzen Länge grün. Geerntet wird



Grünspargel, wenn er etwa 20-25 cm aus der Erde herausgewachsen ist. Für Grünspargel werden andere Sorten angebaut. Daher sind beim grünen Spargel die Stangen dünner, und man braucht auch nur das untere Drittel der Stangen zu schälen. Der Geschmack der besonders zarten Stangen ist etwas herzhafter, kräftiger und würziger.

Handelsklassen & Tipps für den Spargelkauf

Handelsklassen

Sie stehen in fast jedem Buch über Spargel und sollen daher natürlich auch hier erwähnt werden. Handelsklassen sollen eine gewisse Qualität sicherstellen und somit den Spargelkauf erleichtern. Und doch hat schon fast jeder einmal Spargel der angeblichen Handelsklasse Extra oder I gekauft, der dann doch holzig geschmeckt, alt gerochen und auch sonst nicht den Vorstellungen entsprach.

Grund dafür ist meist eine zu lange oder falsche Lagerung

Lange Transportwege, Unterbrechungen bei der Kühlung und zu hohe

Kühltemperaturen tun der Qualität des Spargels gar nicht gut. Schon nach wenigen

Tagen im Supermarkt - Ausnahmen sind möglich - verwandelt sich der einst vielleicht schmackhafte und optisch beste Spargel in eine eher mäßige, holzige Qualität.

Importware aus südlichen Ländern wird daher nie so frisch sein können wie heimische Wahre.

Frische ist das wichtigste Kriterium

Beim Spargelkauf sollte der Frische die höchste Aufmerksamkeit zuteil werden.

Immerhin besteht frisch gestochener Spargel zu etwa 95 Prozent aus Wasser! Die

Spargelenden sollten nicht hohl, bräunlich verfärbt oder ausgetrocknet sein. Daher

sollte der Spargel nach der Ernte so schnell wie möglich zum Konsumenten kommen.



Frischeprobe

Schauen Sie sich die hoffentlich saftigen, nicht ausgetrockneten Schnittenden genauer an. Zur Probe drücken Sie das Schnittende zusammendrücken. Lässt der Spargel Saft, so ist der Spargel wahrscheinlich frisch. Der Saft sollte zudem angenehm duften und nicht säuerlich schmecken. Frischer Spargel lässt sich gut mit dem Fingernagel einritzen und gibt leichtem Druck nicht nach. Die Stangen sollten fest sein und dürfen sich nicht biegen lassen.

Spargelrost nicht so schlimm

Dieser leichte, natürliche Pilzbefall zeigt nur, dass der Spargel nicht unerlaubt gewässert wurde, denn dadurch würde der Rost weitgehend verschwinden. Leider gingen gleichzeitig wichtige Vitamine verloren.

Spargel mit weniger geschlossenen Köpfen

Spargel mit aufgeblühten Köpfen oder weniger gerade Stangen sind übrigens nicht im Geschmack beeinträchtigt. Für ein exzellentes Spargeessen spielen diese Kriterien - von der Optik einmal abgesehen - keine Rolle.



Stehend oder liegend - über die Zubereitung von Spargel

Spargeltopf

Stehend oder liegend: geeignete Töpfe

Spargel kann in einem größeren Topf liegend oder in einem speziellen Spargeltopf aufrecht stehend gekocht werden. Der Topf sollte in beiden Fällen nicht aus Aluminium gefertigt sein, da einige Inhaltsstoffe des Spargels mit Aluminiumoxid reagieren und sich die Stangen unschön gräulich verfärben können.

Wasser

Entgegen der weit verbreiteten Meinung, Spargel solle in reichlich Wasser gekocht werden, empfehlen wir, nur soviel Wasser zu nehmen, dass die Stangen gerade bedeckt sind. Wenn der Spargel aufrecht stehend im Spargeltopf gekocht wird, kann sogar noch etwas weniger Wasser in den Topf gefüllt werden. Hier garen die Köpfe bei geschlossenem Deckel im Dampf, da sie eine kürzere Kochzeit benötigen. Das Wasser umspült hier nur die unteren Stangenteile.

Salz

In das heiße Kochwasser gehört zumindest etwas Salz. Die Empfehlungen schwanken zwischen sehr wenig und einem gehäuften Teelöffel Salz pro Liter Kochwasser.

Butter

Der feine Buttergeschmack passt sehr gut zum Spargel. Etwa ein Teelöffel Butter kann zum Wasser gegeben werden.



Zucker

Zucker kann eventuell vorhandene Bitterstoffe mindern. Besonders beim Grünspargel, der mehr Bitterstoffe enthält, empfiehlt sich die Beigabe einer Prise Zucker.

Zitronensaft

Ein Spritzer Zitronensaft im Kochsud kann beim weißen oder violetten Bleichspargel Verfärbungen etwas mindern, die durch Chlorophyll (Blattgrün) verursacht sind. Allerdings verdirbt eine zu große Menge Zitronensaft das feine Spargelaroma. Beim Grünspargel sollten Sie ganz auf Zitronensaft verzichten, da sich die Stangen sonst gräulich verfärben könnten.

Kochzeit

Der Spargel wird in das kochende Wasser gegeben. Die Kochzeit richtet sich nach Ihren Vorlieben und nicht zuletzt nach dem Durchmesser der Spargelstangen. Die Garzeit schwankt beim weißen oder violetten Bleichspargel zwischen 10 und 25 Minuten. Grünspargel ist auch aufgrund des geringeren Durchmessers meist schon nach 8 bis 15 Minuten fertig.