

„Essbares Elfenbein“

28.04.2024 10:03 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

„Essbares Elfenbein“



Der Spargel ist eine Staude, deren Sprossen gestochen und verzehrt werden. Der ins Kraut schießende Spargel liefert anschließend das grüne Beiwerk zu hübschen Frühlingssträußen. Aber Vorsicht: Die roten Beeren sind schwach giftig.

Weißer Spargelstangen sind ein Zufallsprodukt. Um die zarten Stangen vor Schädlingsbefall zu schützen, wurden sie bedeckt, was zur Folge hatte und weiterhin hat, dass der Spargel ohne Sonnenlicht hell bleibt. Die grüne Farbe des überirdisch angebauten Spargels entsteht durch Chlorophyll, das der Spargel bildet, sobald er dem Sonnenlicht ausgesetzt ist. Dadurch ist er zudem auch vitaminreicher. Die Stangen des grünen Spargels sind würziger und dünner und sie müssen nur im unteren Drittel geschält werden. Neben diesen beiden hauptsächlich bei uns angebauten Sorten gibt es noch weißen Spargel mit lila Köpfchen, den komplett lilafarbenen Spargel, den Wildspargel sowie den Thai-Spargel.

Die Zubereitung der verschiedenen Spargelsorten ist vielfältig. So wird er beispielsweise als Beilage oder Salat geschätzt. Die klassische Variante ist weißer Spargel mit Kartoffeln, Schinken und Sauce hollandaise. Aber auch als kalter Salat mit Nüssen und Dressing sowie warm mit Erdbeeren und Schafskäse wird der Spargel immer beliebter. Infokasten

Frischen Spargel erkennen Sie an den feuchten Schnittstellen, am Quietschen, wenn Sie die Stangen aneinander reiben oder am hellen Ton, wenn Sie die Stangen gegeneinander schlagen.

Text: Martina Jansen

Foto: adobe stock/ exclusive-design

