

Spargel-Süßkartoffel-Spinatragout mit Safransauce

Von: Beate Rothärmel
Portionen: 4 Personen

Zubereitungszeit: 40 Min.

Zubereitung

Süßkartoffeln schälen, säubern, längs halbieren und in heißem Olivenöl anbraten. Schalottenwürfel zugeben und mit anbraten. In Röllchen geschnittenen Frühlingslauch, blanchierten und grob gehackten Blattspinat sowie in Stücke geschnittenen Spargel zufügen. Geröstete Pinienkerne mit unterziehen. Warm halten.

Schalottenwürfel in heißem Olivenöl glasig dünsten. Mit Maismehl bestäuben, mit Sahne angießen und Spargelfond auffüllen, aufkochen und köcheln lassen. Safran zugeben, mit einrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Spargel, Süßkartoffeln und Spinat mit der Sauce vermengen und in tiefen Tellern anrichten. Mit Chiliflocken und Rettich-Sprossen bestreuen.

Meine Weinempfehlung

Dazu passt hervorragend ein Sauvignon Blanc oder fruchtiger Rosé.

Einkaufsliste

320 g gekochter weißer
Bruchspargel
300 g Süßkartoffeln
80 g Schalotten fein
gewürfelt
120 g blanchierter
Blattspinat
1 Frühlingslauch
2 EL geröstete Pinienkerne

Für die Sauce:
80 g Schalottenwürfel
2 EL Olivenöl
1 EL Maismehl
100 ml Sahne
200 ml Spargelbrühe
2 Msp gemahlener Safran
Salz, Pfeffer

Garnitur:
1 Schale rote Rettich-
Sprossen
1 TL Chiliflocken