



Pressemitteilung

Spitzengenuss von heimischen Feldern: Jetzt beginnt die Spargelsaison

Im Frühling sehnen viele Menschen nicht nur die Sonne, sondern auch den Start der Spargelzeit herbei. Jetzt ist es endlich wieder soweit: Die leckeren Stangen finden sich frisch auf heimischen Feldern.

Berlin, 01. April 2015. Die Vorfreude ist mehr als angemessen: Denn die deutschen Spargelbauern erwarten auch in diesem Jahr Spitzenqualität für perfekten Genuss. Die Verbraucher wissen das zu schätzen und greifen zu. Allein 2014 stieg die durchschnittliche Pro-Kopf-Einkaufsmenge von Spargel um 11 Prozent* auf 1,17 Kilogramm.

Je frischer das Edelgemüse serviert wird, desto besser schmeckt es. Aufgrund der kurzen Transportwege setzen wahre Spargelkenner deshalb auf deutsche Spitzenware. Da ist es gut zu wissen, dass die hiesige Ernte in diesem Jahr in einigen Regionen bereits begonnen hat. Grund dafür sind die vergleichsweise vielen milden Märztage. Außerdem schaffen es die deutschen Spargelerzeuger mit cleveren Ideen wie dem Einsatz kälteabweisender Folientunnel, die leckeren Stangen immer früher aus dem Boden zu locken.

Harte Schale, zarter Kern

Erntefrischer Spargel lässt sich an den geschlossenen Spitzen erkennen. Außerdem sollte er leicht glänzen und fest und knackig sein. Die Schnittenden sind idealerweise feucht und duften aromatisch. Wer auf Nummer sicher gehen will, macht den „Hör-Test“: Einfach zwei Stangen kurz gegeneinander reiben. Sind sie richtig frisch, quietschen sie dabei.

Vor der Zubereitung Spargel zunächst gründlich unter kaltem Wasser abwaschen, damit kein Sand in den Spitzen hängen bleibt. Die weißen Stangen erst kurz vor dem Kochen schälen. So bleibt ihr fein-mildes Aroma optimal erhalten. Dafür am besten einen Sparschäler verwenden. Diesen direkt unterhalb der Spitze ansetzen und die Schale langsam nach unten abziehen. Unbedingt darauf achten, dass die Stangen komplett von der holzigen Außenhaut befreit sind – sonst schmecken sie bitter. Tipp: Grüner Spargel ist einfacher in der Handhabung. Er kann samt Schale verzehrt werden. Auch dank seines aromatisch-würzigen Geschmacks sind die grünen Spitzen, die im Gegensatz zu den weißen Pendanten oberirdisch wachsen, bei den deutschen Verbrauchern beliebt.

Fit mit frischem Frühlingsgenuss

Kalorienarm und nährstoffreich – Spargel ist der optimale kulinarische Begleiter an warmen Frühlingstagen. Wer Alternativen zur klassischen Zubereitung mit Sauce Hollandaise und Schinken sucht, hat zahlreiche Möglichkeiten: Als Salat schmeckt er zum Beispiel zu einer Kirschtomaten-Pinienkern-Salsa oder mit Kartoffelspalten und Möhren an raffinierter Honig-Vinaigrette.

Auch überbacken gelingen die Spitzen – so etwa mit feinen Parmesansplittern und einer leichten Gemüsebolognese. Suppenfreunde lieben die Stangen als Creme – verfeinert mit einem kleinen Schuss Sahne oder frischer Creme légère. Bei so viel Spitzengenuss ist es mehr als verständlich, dass immer mehr Feinschmecker den Start der deutschen Spargelernte kaum noch abwarten können.

Infokasten

- 2014 stachen die deutschen Spargelbauern rund 114.000 Tonnen des Stangengemüses.
- Spargel wird in allen Bundesländern angebaut. Spitzenreiter sind Niedersachsen, Nordrhein-Westfalen und Brandenburg.
- Besonders gern werden die Stangen im Westen aufgetischt, entlang der Grenze zu den Niederlanden, Belgien, Luxemburg und Frankreich.

* Quelle: Agrarmarkt Informations-Gesellschaft mbH (AMI) 2015

Rezept-Tipp: Weißer Spargelsalat mit Kräutern





Zubereitungszeit: 30 min
Schwierigkeitsgrad: leicht

Zutaten (Für 4 Personen):

1 kg weißer Spargel
1 milde Zwiebel
1 EL Zucker
1/2 Hand Kerbel
1/2 Hand voll Petersilie
1/2 Hand voll Schnittlauch
4 - 5 Blätter Bärlauch
2 - 3 EL Weißweinessig
2 EL Zitronensaft
4 EL Sonnenblumenöl
Salz
Pfeffer, aus der Mühle

Zubereitung:

1. Den Spargel schälen und die Stangen schräg ca. 5 cm lange Stücke schneiden. In kochendes Salzwasser mit dem Zucker geben. 5-8 Minuten mit leichtem Biss gar köcheln.
2. Für das Dressing die Kräuter abbrausen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen.
3. Ein wenig Petersilie, Kerbel und einige Schnittlauchhalme zum Garnieren zur Seite legen. Die übrigen Kräuter fein hacken, bzw. den Schnittlauch in Röllchen schneiden.
4. Die Zwiebel abziehen und möglichst fein würfeln.
5. Den Essig mit dem Zitronensaft, 2-3 EL Spargelkochwasser, dem Öl, Salz und Pfeffer verrühren. Die gehackten Kräuter und Zwiebelwürfel untermengen.
6. Den Spargel abgießen, gut abtropfen lassen, unter das Dressing mengen, lauwarm abkühlen lassen, abschmecken und auf Teller verteilen. Mit den übrigen Kräutern garnieren und servieren.

Nährwerte (Pro Portion):

Kcal: 142
kJ: 594
KH: 6 g
EW: 5,4 g
F: 10 g
BE: 0,5



Chol. : 0 mg

Bst. : 4 g

Über „Deutschland – Mein Garten.“

„Deutschland – Mein Garten.“ ist eine Verbraucherkampagne, die über die vielen Frische-, Qualitäts- und Umweltvorteile von Obst und Gemüse aus Deutschland informiert. Ziel ist es, Verbrauchern die heimischen Produkte, deren Saison und ihre Vorzüge näher zu bringen. Initiator der Kampagne ist die Bundesvereinigung der Erzeugerorganisationen Obst und Gemüse e. V. (BVEO).

Über die BVEO

Die Bundesvereinigung der Erzeugerorganisationen Obst und Gemüse e. V. (BVEO) ist ein Zusammenschluss von 40 Mitgliedern (30 Erzeugerorganisationen und zehn Einzelunternehmen) der deutschen Obst- und Gemüsebranche. Der Verband vertritt die politischen Interessen seiner Mitglieder, organisiert Messe- und Kongressauftritte und steuert PR- sowie Marketingmaßnahmen.

Kontakt:

Pressebüro deutsches Obst und Gemüse

Marie Fuchs

Tel. 0221-56938-124

Fax 0221-56938-201

Email: presse@deutsches-obst-und-gemuese.de

<http://www.deutsches-obst-und-gemuese.de>