

SPARGEL AUS DEM OFEN

4 Portionen

2 kg Spargel, weißer

4 TL Butter

2 TL Zucker (Zucker (am besten brauner Rohrzucker, es geht aber auch normaler)

Salz

Arbeitszeit ca. 20 Minuten | Koch-/Backzeit ca. 50 Minuten | Gesamtzeit ca. 1 Stunde 10 Minuten

Der Spargel gart im eigenen Saft und bekommt so einen wunderbar vollen Eigengeschmack. Man nehme nicht zu dicke Stangen, bevorzugt 1 - 1,5 cm dicke Stangen. Diese sind schön zart und man hat wenig Abfall. Zuerst den Spargel gründlich schälen und die Enden abschneiden. Den Ofen auch 200 °C Ober-/Unterhitze oder 180 °C Umluft vorheizen.

Je zwei Bögen Alufolie (Alternativen zur Alufolie stehen am Ende der Rezeptbeschreibung) übereinander legen und jeweils einen halben Teelöffel Butter darauf geben. 8 - 10 Stangen Spargel (je nach Dicke des Spargels, die Pakete sollten nicht zu groß sein, weil sie sonst nicht so gut garen, daher lieber mehrere machen - halten sich notfalls auch leichter warm) darauf legen. Jedes Bündel mit einem halben Teelöffel Zucker und einer guten Prise Salz bestreuen, dann den ersten Bogen Folie darüber verschließen und die Seiten auch - kein enges Päckchen wickeln, sondern wie eine Tüte oben umfalten. Dann den zweiten Bogen ebenso verschließen.

Auf den Rost im Ofen legen und 40 - 50 Minuten warten. Ob der Spargel gar ist, kann man testen, wenn man ein Päckchen ein bisschen biegt, je leichter das geht, umso weicher ist der Spargel.

Für ganz riesige Portionen: eine hohe Fettpfanne des Ofens nehmen, leicht mit Butter einpinseln, den Spargel darauf verteilen, pro Kilo 2 TL Butter, einen TL Zucker und eine gute Messerspitze Salz darauf verteilen, die Fettpfanne mit Alufolie verschließen (muss richtig dicht sein) und ab in den auf 200 °C vorgeheizten Ofen (Umluft 180 °C) für ca. 50 Minuten (ab 40 Minuten mal kosten, je nach Dicke braucht der Spargel mehr oder weniger Zeit).

Dazu reiche man Nussbutter (braune Butte) und neue Kartoffeln.

Alternativen zur Alufolie:

- Flache Auflaufform mit Deckel – wenn sie zu hoch ist, trocknet der Spargel aus
- Auflaufform mit Alufolie verschließen, statt Spargel ganz darin einpacken, so kommt er nicht mit der Folie in Berührung
- Auflaufform mit Backpapier und unbeschichtetem Blumendraht oder Küchengarn verschließen
- im Bratschlauch oder Bratbeutel garen
- in Papillotten aus Pergamentpapier garen
- im gewässerten Römertopf – dauert etwa 10 min länger, da dieser in den kalten Ofen kommt
- backofenfeste Pfanne mit Deckel

