

Kochen mit Klaus

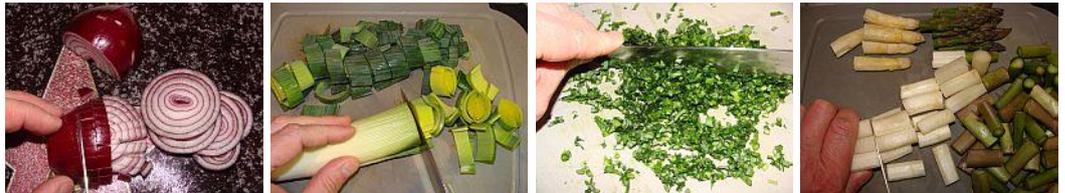
Frühlingspfanne mit Hack & Spargel

Zutaten: (Für 3-4 Personen)

- 500 g Rinderhack, je 300 g weißer & grüner Spargel, Zitronensaft,
- Salz, Zucker, 1 rote Zwiebel, ½ Lauchstange, 2 EL Tomatenmark,
- 150 ml Fleischbrühe, Öl, 2 EL Balsamico, 100 ml Sahne, Chiliflocken,
- 2 TL Chimichurrigewürz, 15 g Bärlauch + 3 kl. Blätter zum Garnieren

Zubereitung:

1. Von der Zwiebel einige Scheiben abschneiden, Rest klein würfeln, Lauch in Ringe schneiden u. Bärlauch klein hacken.



2. Weißen Spargel ganz, grünen im unteren Drittel schälen u. Enden abschneiden. Spargel in Stücke schneiden, mit Zucker u. Zitronensaft ca. 20 Min. in Salzwasser kochen, nach 12 Min. die Spitzen zugeben u. fertig garen. Spargel abgießen u. abtropfen lassen.



3. Hack in heißem Öl krümelig braten, Zwiebelwürfel u. Lauch mitbraten, salzen u. pfeffern. Tomatenmark mitbraten, mit Sahne u. Brühe ablöschen, aufkochen u. einköcheln lassen. Mit Balsamico, Salz, Pfeffer, Zucker, Chiliflocken u. Chimichurri würzen.



4. Spargel u. Bärlauch unterheben, in tiefen Tellern mit Zwiebelringen u. Bärlauchblättern garniert mit der Beilage servieren.

Tipp des Chaoten: Dazu Baguette reichen!

