



# Weisse Spargeln: Von Spitze bis Ansatz alles verwerten



Tipp von Esther Kern



**Wer frische Spargeln kauft, kann sich nicht nur an den Spitzen erfreuen. Auch die Abschnitte sind wunderbare Kochzutaten. Markus Arnold, Küchenchef im Restaurant Steinhalle in Bern und Ambassador von V-ZUG, weiss, was man damit kochen kann.**

Spitzenkoch Markus Arnold verarbeitet in seinem Restaurant meist sehr frische Spargeln. Und weil er es schade findet, einen Teil davon wegzuerwerfen, nutzt er stets auch Abschnitte und Schale. Bei den grünen Spargeln lässt er die Schalen meist sowieso dran, tourniert das Gemüse nur unten leicht. «Unsere grünen Spargeln sind so frisch, dass wir kaum etwas abschneiden davon», sagt er. Und die Abschnitte der weissen Spargeln verwendet er für Suppe. Er kocht sie in Gemüse- oder Geflügelfond, mixt sie dann auf mit Rahm und Milch. «Wenn man einen starken Mixer hat, muss man sie nicht mal absieben», erklärt er. Die Schalen von weissen Spargeln legt er rund eine Woche in weissem Balsamico ein. «Das gibt einen schönen Spargel-Essig, den wir beispielsweise wiederum für Spargelgerichte, etwa für eine Vinaigrette verwenden», führt er aus. Der Sternekoch mag übrigens die weissen Spargeln auch mal ganz klassisch, mit Hollandaise.



Arnold: «Das fettige der Hollandaise, der Estragon, das passt einfach super zu Spargeln.»