

Spargel mit ayurvedischer Hollandaise

Zutaten:

500gr frischen weißen oder grünen Spargel
1 Zitrone
1 TL Braunen Vollrohrzucker
Salz
2 Scheiben Ingwer

Für die Hollandaise:

500 ml Spargelsud
4 EL Reisflocken
3 Safranfäden
½ TL Kurkuma
2 EL Ghee
Etwas Salz und Pfeffer

- 1) Grüner Spargel muss nicht geschält werden, weißer schon. Holzige Enden evtl. abschneiden.
Am Besten im Spargeltopf, dem Wasser (ca. 500ml) die geviertelten Zitrone, die Ingwerscheiben den Vollrohrzucker und das Salz begeben und darin die Spargeln weichdünsten. (den Spargel Warmstellen)
- 2) Die Spargel warmstellen und den Sud in den kleinen Topf und die Reisflocken und die Gewürze dazugeben und leicht köcheln lassen. Nach ca. 20 min das Ghee hinzugeben und mit dem Mixer Pürieren.

Zu diesem Gericht passen Petersiel Kartoffeln ausgezeichnet.