

## Spargelwähe

Auch wenn in den Läden schon seit Januar Spargel angeboten wird, beginnen diese bei uns erst im April zu spriessen. Die Hauptsaison von inländischem Spargel dauert von Mai bis Juni.

Es lohnt sich, auf diesen zu warten, denn zarter Grün- oder Bleichspargel aus einheimischer Produktion ist nicht zu vergleichen mit jenem aus Übersee.



|   |  |
|---|--|
| 130g Dinkelvollkornmehl<br>100g Weismehl<br>½ KL Salz                                     | in einer Schüssel mischen  |
| 70g Butter weich  | in Stücken zugeben und fein verreiben<br>(Küchenmaschine K-Haken, kleinste Stufe)  |
| 1 dl lauwarme Milch<br>10g Hefe   | auflösen und dazu giessen<br>den Teig kurz zusammenfügen, nicht kneten,<br>zugedeckt kurz gehen lassen, rund auswallen,<br>Wähenblech damit belegen und gut einstechen |
| 4 EL Reibkäse   | auf dem Teigboden verteilen  |
| 800g – 1 kg Grün- oder<br>Bleichspargel   | rüsten, halbieren, knapp weich kochen und auf<br>den Teig legen (erst Endstücke, darauf die<br>Spitzen)  |
| 3 Eier, verquirlt<br>1½ dl Milch oder Rahm<br>100g Quark<br>Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer | gut mischen und über die Spargeln giessen  |
| Backen:   | untere Ofenhälfte / 220°C / ca. 30 Minuten   |