

# Spargel-Quiche und Stangen-Spargel mit holländischer Soße

Für zwei Personen

## Für den knusprigen Spargel:

8 Stangen weißer Spargel	3 Eier	50 ml Milch
50 ml Sahne	300 g Panko	50 g Mehl
2 EL Zucker	Salz	Pfeffer

## Für die Sauce hollandaise:

180 g Butter	4 Eier	1 Zitrone
2 EL trockener Weißwein	Cayennepfeffer	Salz, Pfeffer

## Für die Spargel-Quiche:

150 g grüner Spargel	50 g Speckwürfel	1 Schalotte
3 Eier	50 ml Schlagsahne	50 ml Milch
75 g Crème-fraîche	25 g Parmesan	25 g Cheddar-Hartkäse
125 g Mehl	62 g weiche Butter	13 g Kürbiskerne
1 TL Salz	Mehl	Öl, Pfeffer

**Für den knusprigen Spargel:** Die Fritteuse auf 150 bis 160 Grad vorheizen. Einen Topf mit Wasser erhitzen und den Zucker hineingeben. Den Spargel schälen und etwa 5 bis 7 Minuten im Topf vorkochen, danach etwas abkühlen lassen. Ganze Eier mit Sahne, Milch und etwas Salz und Pfeffer leicht schaumig schlagen. Die Spargelstangen in Mehl wenden und anschließend durch die Eier-Mischung ziehen. In Panko wälzen, so dass der Spargel komplett bedeckt ist. In der vorgeheizten Fritteuse etwa 4 Minuten frittieren, danach auf einem Tuch abtropfen lassen.

**Für die Sauce hollandaise:** Die Butter in der Pfanne zerlassen, aber nicht stark erhitzen. Halbe Zitrone auspressen. Die 4 Eier trennen und die Eigelbe mit 2 EL Wasser, Zitronensaft, Weißwein und etwas Salz in eine runde Schüssel geben und auf ein heißes Wasserbad stellen. Mit einem Handmixer verrühren, bis die Masse cremig ist und ihr Volumen etwa verdoppelt hat. Flüssige Butter nach und nach unterziehen. Mit Salz, schwarzem Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken.

**Für die Spargel-Quiche:** Den Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Speck in einer Pfanne mit Öl kurz braten. Für den Teig die Kürbiskerne ebenfalls in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Abkühlen lassen und fein hacken. Kürbiskerne mit 125 g Mehl, 1 TL Salz, Butter und 3-4 EL Wasser zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche zu einem großen runden Fladen ausrollen und eine kleine Springform (Quicheform) damit auslegen. Den Rand etwas hochziehen und andrücken. Den Teigboden mit einer Gabel mehrmals einstechen. Die Form in den Backofen auf die untere Schiene schieben und den Teig etwa 12 Minuten vorbacken. Für die Füllung das untere Drittel der Spargelstangen schälen und die Enden abschneiden. Den Rest der Spargelstangen kleinschneiden. Schalotten abziehen und längs vierteln. Butter und 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und die Schalottenspalten darin etwas andünsten. Nach etwa 5 Minuten den grünen Spargel zum Braten hinzugeben. Quicheform aus dem Ofen nehmen und Schalotten, Spargel und Speck zusammen in die Form auf den Teig geben. Parmesan und Cheddar reiben. Crème fraîche, Milch, Sahne, Eier, Parmesan, Cheddar, Salz und Pfeffer verquirlen und die Masse über die Spargel-Füllung gießen. Die Backofentemperatur auf 200 Grad herunterschalten und die Quiche auf der mittleren Schiene etwa 20 Minuten backen. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Maike Eggers am 17. April 2019