

Frühling-Spargel-Wok mit Garnelen

Für 4 Personen

10 Stangen Spargel, weiß	5 Stangen Spargel, grün	4 Stangen Frühlingslauch
4 Zehen Knoblauch	1 Knolle Ingwer	70 ml Olivenöl
1 TL Zucker	20 ml Sojasoße	100 ml Gemüsefond
10 Kirschtomaten	12 Garnelen, küchenfertig	1 Schote Chili, rot
1 Stiel Zitronengras	100 ml Ananas-Püree	0,5 Bund Koriander
Salz	Pfeffer	Chili, aus der Gewürzmühle

Den weißen Spargel ganz, den grünen Spargel nur im oberen Drittel schälen. Die Enden um zwei Zentimeter kürzen und die Spargelstangen in zwei Zentimeter lange Stücke schneiden. Den Frühlingslauch waschen und schräg in zwei Zentimeter lange Stücke schneiden. Zwei Zehen Knoblauch schälen und fein würfeln. Vom Ingwer ein 20 Gramm schweres Stück abschneiden, schälen und fein reiben. 30 Milliliter Olivenöl in einem Wok oder einer großen Pfanne erhitzen und den Spargel darin etwa zwei Minuten scharf anbraten. Frühlingslauch, Ingwer und Knoblauch zugeben und ebenfalls zwei Minuten mit anbraten. Nun das Ganze mit Zucker bestreuen und unter Rühren leicht karamellisieren lassen. Mit Sojasoße und Gemüsefond ablöschen und sechs bis acht Minuten köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Chili abschmecken. Zuletzt die Kirschtomaten zugeben, nicht mehr kochen lassen. Vom Ingwer ein weiteres 20 Gramm schweres Stück abschneiden und halbieren. Zwei Zehen Knoblauch schälen, die Chilischote halbieren und entkernen. Beides zusammen mit Ingwer und Zitronengras sehr fein hacken. 30 Milliliter Olivenöl zugeben und die Garnelen darin marinieren. Das restliche Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Garnelen darin scharf anbraten, anschließend zusammen mit dem Ananas-Püree in den Wok geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Spargelwok in tiefe Schalen füllen und die Garnelen darauf anrichten. Den Koriander hacken und das Gericht damit bestreuen.

Johann Lafer am 29. Mai 2010