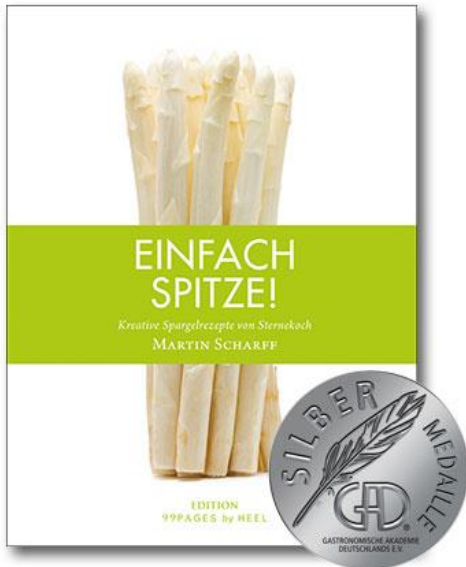




HEIDELBERGER SCHLOSS

RESTAURANTS & EVENTS

Heidelberg, April 2019



Königliches Gemüse für Jedermann

Des Feinschmeckers Lieblingsgemüse kommt jetzt wieder auf den Tisch: Tipps und Wissenswertes rund um den Spargel

Welch liebliche Speis für Leckermäuler“, sagte der niederländische Maler Hieronymus Bosch einst ganz prägnant. Der Spargel – das edelste aller Gemüse – dessen frischer Genuss leider nur einige Wochen im Jahr beglückt, war früher dem Adel vorbehalten und erhielt daher den Namen „weißes Gold“ oder auch „königliches Gemüse“. Es heißt sogar, der französische Sonnenkönig Ludwig XIV. habe seine Gärtner gezwungen, den Spargel im Winter anzubauen. Auch die Schwägerin von Ludwig, Liselotte von der Pfalz, soll für ihr Leben gern Spargel gegessen haben. Auch heute noch werden die weißen Stangen jedes Jahr erneut sehnsüchtig erwartet – leisten aber kann sich das besondere Gemüse mittlerweile jeder – zumindest zur Hochsaison.

Kleine Spargelkunde: Denn schließlich isst jeder mindestens 1,5 Kilogramm

Der Erntebeginn liegt je nach Temperatur meistens zwischen Ende März und Mitte April, das Ende hingegen hat einen festen Termin: Der Johannistag am 24. Juni ist Stichtag für den Erntestopp. Denn der Spargel ist nichts anderes als der Stamm der Lilienpflanze. Damit er auch in der folgenden Saison über die erforderliche Kraft verfügt, um Spargel auszutreiben, muss man ihn wachsen lassen, bis er einen kleinen grünen Busch bildet. Insgesamt lassen sich aus einer Spargelpflanze sechs Spargelstangen ernten - die Siebte muss für das Folgejahr bestehen bleiben, damit die Pflanze sich ausreichend regenerieren kann.



HEIDELBERGER SCHLOSS

RESTAURANTS & EVENTS

Für die Regeneration benötigt die Pflanze rund 100 Tage und die muss vor dem Frost abgeschlossen sein – und also spätestens am Johannistag beginnen. Die ersten Spargel, die angeboten werden sind in der Regel Sorten, wie „Ramires“ und „Vitalim“, die zudem eine besondere, etwas süßliche Note aufweisen. Auch „Ravel“ ist eine frühe Sorte, die dicke weiße Stangen mit fest geschlossenen Köpfen liefert. Insgesamt gibt es rund 220 Spargelarten weltweit. Viele „alte Sorten“ werden allerdings kaum noch angebaut, die modernen Sorten verfügen über eine verbesserte Widerstandsfähigkeit gegen Krankheiten. Doch der Spargelbauer muss sich mit der Wahl der Sorte aber vor allem nach den Eigenschaften der zu bewirtschafteten Fläche und dem Standort richten.

Mittlerweile fast genauso beliebt ist der grüne Spargel. Er darf ins Licht wachsen und bekommt daher seine durch das Chlorophyll ausgebildete Farbe. Der weiße Spargel hingegen bleibt bis zum Stechen unter einer Folie. Die Stangen, die nur mit dem Kopf das Tageslicht erblicken, färben sich leicht lila eben an der Spitze. Gemein haben alle Sorten, dass sie zu 93 Prozent aus Wasser bestehen und daher nur rund 17 Kalorien pro 100 Gramm haben. Allerdings hat der Grünspargel mehr gesundheitsfördernde Inhaltsstoffe als der sogenannte Bleichspargel. Ob ein Spargel auch wirklich frisch ist, erkennt man daran, dass die Enden noch feucht sind und der Spargel selbst glatt und glänzend ist. Ganz frisch quietschen die Stangen sogar, wenn man sie aneinander reibt.

Volksmund: „Wer Spargel isst, der sündigt nicht.“

Weil das königliche Gemüse so wenige Kalorien hat, essen die Deutschen rund 1,5 Kilogramm Spargel statistisch pro Jahr. Durchschnittlich – denn so manch einer kann gar nicht genug bekommen von der Spargelzeit. Die Kalorienanzahl schnell aber gerne nach oben, denn der Spargel bekommt oft schwere Begleiter auf den Teller, wie Sauce Hollandaise. Dass es auch leichter geht oder auch mal exotischer, dafür gibt einige Kochbücher. Eines davon ist „Einfach Spitze!“ von Sternekoch Martin Scharff aus der Schlossweinstube im Heidelberger Schloss. „Grillen Sie den Spargel ruhig mal oder genießen Sie ihn karamellisiert“, sagt Scharff. Denn der Spargel eignet sich für eine Vielzahl von Rezepten: Von der orientalischen Spargel-Auberginen-Lasagne, Spargelcappuccino, Spargelburger bis hin zu Spargel Panna Cotta liefert das Buch von Martin Scharff mal bekannte und mal ganz neue Rezeptideen.



HEIDELBERGER SCHLOSS

RESTAURANTS & EVENTS

Das Buch kann direkt bei der Heidelberger Schloss Gastronomie telefonisch bestellt werden und wird auf Wunsch mit persönlicher Widmung plus Versandkosten verschickt.

Ebenso ist das Kochbuch 'Einfach Spitze' im Heel Verlag erhältlich:
112 Seiten, ca. 50 Fotos, 162 x 240 mm, gebunden mit Weinempfehlungen.
EDITION 99PAGES by Heel
ISBN 9783958433212, Preis 9,90 €

Gerne senden wir Ihnen auf Wunsch das Buchcover sowie Rezepte mit passenden Rezeptbildern hochauflösend.

Über die Heidelberger Schloss Restaurants & Events:

Hoch oben über den Dächern Heidelbergs in einer der bedeutendsten Schlossruinen vereint die Heidelberger Schlossgastronomie mehrere Konzepte. In der einzigartigen Location kann jede Art von Event ausgerichtet werden. Ein großes Bankett-Team sorgt mit einem Rundum-Service für stimmungsvolle Festivitäten in den romantischen Räumen des Heidelberger Schlosses. In Scharff's Schlossweinstube bietet Martin Scharff, seit 28 Jahren mit einem Michelin-Stern ausgezeichnet, Fine Dining in historischer Kulisse. Ein großes kulinarisches Jahresprogramm mit Theater und Konzert-Diners, Gala-Abenden, Küchenpartys oder dem großen Gourmet & Wein Festival runden das vielfältige Angebot ab.

Heidelberger Schloss Restaurants & Events GmbH & Co. KG, Schlosshof 1, 69117 Heidelberg. Ausführliche Informationen zu allen Events unter www.heidelberger-schloss-gastronomie.de/events.

Pressekontakt Heidelberger Schloss Gastronomie & Events:

Antje Urban | Urban PR & Redaktion
antjeurban@urban-pr.de | www.urban-pr.de
Mobil 0177 7591471 | Office 06224 1739138