

Gewusst wie! Rachs 5€-Küche

Gemüseragout mit Spargel und Kartoffeln

Zutaten für vier Personen

600 g kleine, festkochende Kartoffeln, z.B. Linda
Salz
300 g weißer Spargel, auch gerne Spargelbruch
300 g junge Karotten
300 g Kohlrabi
200 g Zuckerschoten
1 Bund Frühlingszwiebeln
150 g Champignons
½ Bund Estragon
Etwas Zitronensaft
2 EL Butter
100 ml Sahne
Pfeffer, Prise Zucker

Zubereitungsdauer: 40 Min.

Preis/Person: 2,53 €

1. Kartoffeln waschen und in einem Topf mit gesalzenem Wasser weichkochen, dann abgießen, pellen und halbieren.
2. Währenddessen das Gemüse putzen und vorbereiten. Dafür die Spargelstangen mit einem Sparschäler gründlich schälen und die holzigen Enden entfernen. Karotten und Kohlrabi schälen. Das Gemüse in mundgerechte Stücke schneiden.
3. Zuckerschoten waschen und diagonal halbieren. Von den Frühlingszwiebeln die Wurzeln entfernen, Frühlingszwiebeln waschen und quer dritteln. Champignons evtl. kurz abbrausen und trockenreiben. Je nach Größe halbieren oder vierteln. Estragon waschen, trockenschleudern und die Blättchen von den Stielen zupfen. Blättchen fein hacken.
4. Karotten in einem Topf knapp mit Wasser bedecken, mit Salz würzen, einen Spritzer Zitronensaft zufügen und 2 Min. leise köcheln lassen. Kohlrabi und Spargel zufügen, den Topf mit einem Deckel schließen und weitere 4 Min. leise kochen.
5. Parallel dazu Butter in einer breiten Pfanne erhitzen und die Champignons darin rundum anbraten. Champignons mit Salz und Pfeffer würzen, Sahne angießen und einkochen lassen.
6. Sobald Karotten, Spargel und Kohlrabi al dente gekocht sind, den Kochsud abgießen und auffangen. Die Pilze samt Sauce zum Gemüse geben, Zuckerschoten, Frühlingszwiebeln und Kartoffeln zufügen und soviel Gemüsesud angießen, dass das gesamte Gemüse in der Sauce liegt, jedoch nicht zu suppig ist.
7. Alles zusammen aufkochen und mit Salz, Pfeffer, evtl. einer Prise Zucker und etwas Zitronensaft abschmecken.