

EIN HOCH AUF
SPARGEL





SPARGEL

Bei diesem Gemüse geraten viele ins Schwelgen. Spargel gilt als „königliches Gemüse“, „Elfenbein zum Essen“ und als „weißes Gold“. Spargel lässt sich leicht zubereiten, sein Anbau auf dem Feld ist dagegen sehr aufwendig. Auf den folgenden Seiten möchten wir ein wenig informieren und zeigen wie besonders der beliebte Spargel ist.

Wir wünschen viel Spaß beim Lesen!



AB WANN GEHT'S LOS?	4
ANBAU	5
ERNTE	6
ENDE GELÄNDE	7
SPARGELSORTEN	8
SPARGEL = GESUND	10
QUALITÄTSUNTERSCHIEDE	12
FRISCH ODER NISCH?	14
RICHTIG LAGERN	15
KINDERSPASS	16
DES IS A GESCHICHT	18
AUS DER REGION	19
REZEPT	20

KENNEN SIE DIE?



PURPURSPARGEL

Der ganz und gar lilafarbene Spargel ist nicht mit dem violetten Bleichspargel zu verwechseln. Er ist vielmehr eine eigene Variante des Grünspargels, die noch etwas herzhafter und auch süßer schmeckt.



WILDSPARGEL

Der grüne Spargel mit den sehr dünnen Stangen kommt vor allem aus dem Mittelmeerraum. Er gilt als außergewöhnlich würzige Delikatesse.



THAISPARGEL

Die grünen Stangen werden besonders jung geerntet, sodass sie sich ideal im Wok zubereiten lassen. Tatsächlich ist er so dünn und zart, dass er nicht geschält werden muss und sogar roh verzehrt werden kann. Er stammt hauptsächlich aus dem Großraum Bangkok.

FRISCH ODER NISCH?

HÖREN

Frische Spargelstangen quietschen beim Aneinanderreiben.

SEHEN

Die Köpfe frischer Spargelstangen sind fest geschlossen.

FÜHLEN

Beim Zusammendrücken der Schnittenden tritt aus frischen Spargelstangen Saft aus.

