

# Unser Rezeptvorschlag

## Spargelsalat mit pochiertem Ei und grüner Soße

300 g	grüner Spargel	2	Eier
300 g	weißer Spargel	1 Bund	Grüne Soße
250 g	Kirschtomaten	1	Zitrone
1	Schalotte	200 g	Saure Sahne
2 EL	Weißweinessig	200 g	Schmand
1 TL	Zucker	150 g	Joghurt
6 EL	Olivenöl	1 EL	(Dijon-) Senf
100 g	Frühlingszwiebeln		Salz, Pfeffer
			Zucker
4	gekühlte Eier		
200 ml	Tafelessig		Salz, Pfeffer

### Zubereitung:

Zwei Eier etwa 8 Minuten hart kochen, abschrecken und abkühlen. Die Kräuter waschen, trockenschleudern, verlesen und grob schneiden. Zitrone waschen, die Zeste abreiben und den Saft auspressen. Eier pellen und in kleine Würfel schneiden.

Kräuter mit saurer Sahne, Schmand, Joghurt, und Zitronenzeste cremig pürieren, die Eier unterheben. Mit Senf, Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken, mit Frischhaltefolie abdecken und etwa 2 Stunden kaltstellen. Ungefähr 20 Minuten vor dem Servieren zum Temperieren aus dem Kühlschrank nehmen.

Den weißen Spargel schälen und die holzigen Enden abbrechen. Vom grünen Spargel die Blätter entfernen und ebenfalls die holzigen Enden abbrechen. Den Spargel je nach dicke 5-7 Minuten blanchieren und anschließend in Eiswasser abschrecken. Dann die Spargelstangen in mundgerechte Rauten schneiden. Die Kirschtomaten waschen und halbieren. Die Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden. Zum Anrichten den Spargel kurz in Olivenöl anbraten, Kirschtomaten und Frühlingszwiebeln 30 Sekunden mitbraten.

Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden. Weißweinessig mit Schalottenwürfel, 2 EL Wasser, Salz, Pfeffer und Zucker verrühren. Olivenöl nach und nach unterrühren. Den Spargel mit der Vinaigrette marinieren und lauwarm anrichten.

Für die pochierten Eier circa 2,5 Liter Wasser mit dem Essig zum Kochen bringen. Die Eier einzeln in Tassen aufschlagen. Das Wasser mit einem Schneebesen zu einem Strudel rühren und die Eier nacheinander langsam in das siedende Wasser gleiten lassen. Mit einem Löffel das Eiweiß vorsichtig um das Eigelb legen und etwa 4 Minuten ziehen lassen. Gegebenenfalls nach 2 Minuten die Eier wenden. Die Eier mit einer Schaumkelle behutsam aus dem Wasser nehmen und abtropfen lassen.



**Zeig uns Dein Menü**

**auf Instagram und**

**verlinke uns dort!**

**@obstkorb.de**



*marktfrisch nach Hause*



Besuche uns auf den  
Hamburger Wochenmärkten:

**Freitag:**

**Spritzenplatz / Ottensen**

**08:00 Uhr - 18:00 Uhr**

**Samstag:**

**Große Bergstraße / Altona**

**08:00 Uhr - 14:00 Uhr**

**E-Mail:**

[info@obstkorb-hamburg.de](mailto:info@obstkorb-hamburg.de)

[info@obstkorb.de](mailto:info@obstkorb.de)

**GROSSMARKT  
HAMBURG**



# Unser Rezeptvorschlag

## Lammfilet mit Frühlingsgemüse und Kartoffelgratin

600-800 g	Lammfilet	750 g	Kartoffeln
3	Knoblauchzehen	500 ml	Milch
4 Stiele	Rosmarin	500 ml	Sahne
4 Stiele	Thymian		Salz, Pfeffer
1 EL	Butter		Muskatnuss
			Butter
½ Bund	Bund-Wurzeln	100 g	Parmesan, gerieben
400 g	Bimi-Brokkoli		
500 g	Frische Erbsen		
½ Bund	Lauchzwiebeln		
100 ml	Gemüsebrühe		Salz, Pfeffer
	Olivenöl		
50 g	kalte Butter		

### Zubereitung:

Die Kartoffeln waschen, schälen und in 3 mm dicke Scheiben schneiden. Eine feuerfeste Form mit Butter einreiben und die Kartoffeln hineingeben. Die Milch und die Sahne zusammen aufkochen und mit reichlich Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Anschließend über die Kartoffeln geben, gut vermengen und bei 180°C (Umluft) im Ofen backen. Nach ca. 30 Minuten den Käse rübergaben und nochmal ca. 15 Minuten weiter backen. Prüfen, ob die Kartoffeln gar sind.

Den Bimi putzen, die Blätter entfernen und die Enden wenig abschneiden. Die Wurzeln schälen und waschen. Die Wurzeln halbieren (gegebenenfalls dritteln) und der Länge nach vierteln. Die Erbsen pelen und die Lauchzwiebeln in feine Ringe schneiden.

Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Den Bimi zusammen mit den Wurzeln goldbraun anbraten. Die Erbsen dazu geben und mit der Brühe ablöschen. Für etwa 7 Minuten leise köcheln lassen, die Lauchzwiebeln hinzufügen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Pfanne von der Hitze nehmen und das Gemüse mit der Butter abbinden.

Die Lammfilets parieren und Salzen. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und die Filets scharf anbraten nach 2 Minuten wenden und die Hitze reduzieren, bei mittlerer Hitze zum gewünschten Garpunkt weiterbraten. Kurz vor dem Ende 1 EL Butter, Rosmarin, Thymian und die Knoblauchzehen hinzufügen.



Zeig uns Dein Menü  
auf Instagram und  
verlinke uns dort!  
[@obstkorb.de](https://www.instagram.com/obstkorb.de)



OBSTKORB.de

marktfrisch nach Hause



Besuche uns auf den  
Hamburger Wochenmärkten:

Freitag:

Spritzenplatz / Ottensen  
08:00 Uhr - 18:00 Uhr

Samstag:

Große Bergstraße / Altona  
08:00 Uhr - 14:00 Uhr

E-Mail:

[info@obstkorb-hamburg.de](mailto:info@obstkorb-hamburg.de)  
[info@obstkorb.de](mailto:info@obstkorb.de)

GROSSMARKT  
HAMBURG



# Unser Rezeptvorschlag

## Zitronen-Mousse mit Rhabarber-Kompott und Schokoladen-Sauce

2 Stück	(Bio-) Zitronen	500 g	Rhabarber
120 g	Zucker	100 g	Zucker
3	Eier	½	Vanilleschote
	Salz	1-2 TL	Speisestärke
2 Blatt	Gelatine		
3 EL	Zitronenlikör	100 g	Dunkle Kuvertüre
200 ml	Schlagsahne	50 ml	Sahne

### Zubereitung:

Die Zitronen gut waschen und abtrocknen. Von einer Zitrone die Zeste abreiben. Die Zitronen halbieren und den Saft auspressen (100 ml).

Die Zeste, den Saft und 100 g Zucker in einem Topf aufkochen und auf 120 °C erhitzen.

Die Eier trennen. Das Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen, wenn der Zitronensirup auf Temperatur ist, langsam und unter Rühren in das Eiweiß schlagen. Solange weiter schlagen, bis das Eiweiß auf Zimmertemperatur ist (Küchenmaschine).

Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Das Eigelb, Zitronenlikör und den restlichen Zucker über dem Wasserbad aufschlagen und zur Rose abziehen. Die Gelatine gut ausdrücken und in der warmen Masse auflösen. Die Masse etwas abkühlen lassen, dann das Eiweiß vorsichtig unterheben. Die Sahne schlagen und ebenfalls unterheben. Das Mousse in Gläser füllen und über Nacht im Kühlschrank abgedeckt anziehen lassen.

Die Enden vom Rhabarber abschneiden. Den Rhabarber waschen, in etwa 2 cm dicke Rauten schneiden, auf ein Backblech geben und gleichmäßig mit Zucker bestreuen. Die Vanilleschote ausschaben und zusammen mit dem Mark zum Rhabarber geben. In vorgeheizten Backofen bei 170°C (Umluft) 20 Minuten garen. Dann herausnehmen und ziehen lassen. Den Saft durch ein Sieb auffangen, aufkochen, mit der Stärke abbinden und mit dem Rhabarber in einer Schüssel vermengen.

Die Kuvertüre grob hacken. Die Schlagsahne in einem Topf erwärmen und die gehackte Schokolade darin auflösen. Anschließend auf Zimmertemperatur abkühlen lassen.



**Zeig uns Dein Menü  
auf Instagram und  
verlinke uns dort!  
@obstkorb.de**



OBSTKORB.de

marktfrisch nach Hause



Besuche uns auf den  
Hamburger Wochenmärkten:

Freitag:

Spritzenplatz / Ottensen  
08:00 Uhr - 18:00 Uhr

Samstag:

Große Bergstraße / Altona  
08:00 Uhr - 14:00 Uhr

E-Mail:

[info@obstkorb-hamburg.de](mailto:info@obstkorb-hamburg.de)  
[info@obstkorb.de](mailto:info@obstkorb.de)

**GROSSMARKT  
HAMBURG**

