



"Carola kocht":

Grüner Spargel, Karotten und Zuckerschoten, dazu Tortellini mit Ricotta



Zutaten für 4 Personen:

- 600 g grüner oder weißer Spargel
- 200 g Zuckerschoten
- 3 große Möhren
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 cm frischer Ingwer
- 3 Esslöffel Öl
- 800 g frische Tortellini mit Ricotta aus der Kühltheke
- 3 Esslöffel frisch geriebener Parmesan oder Mozzarella
- 80 g Butter
- Salz, Pfeffer
- Handvoll frische Kräuter wie Bärlauch, Estragon, Blatt Petersilie

Zubereitung

Den grünen Spargel im unteren Bereich putzen und schräg in 4 cm lange Stücke schneiden. Den weißen Spargel gut schälen und ebenso schneiden. Die Zwiebel in Würfel schneiden, die Karotten in ca. 0,8 cm breite Scheiben. Die Zuckerschoten nur waschen. Knoblauch und Ingwer klein würfeln.

Das Öl in der Pfanne erhitzen, Zwiebel, Knoblauch und Ingwer zugeben, glasig schwitzen. Jetzt den Spargel und die Karotten zugeben, kurz anbraten, eine Tasse Wasser angießen, etwas salzen und pfeffern und die Pfanne zudecken. Nur so lange dünsten, bis das Gemüse bissfest ist. Die Zuckerschoten zugeben und nur noch 2 Minuten dünsten.

Die Pfanne vom Herd nehmen und die geschnittenen Kräuter eurer Wahl mit 40 g Butter unterheben. Jetzt noch mal mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Tortellini nach Packungsanweisung kochen und in der Pfanne mit der restlichen Butter schwenken. Den frisch geriebenen Käse beim Anrichten drüber geben.

Carolas Tipp:

Natürlich passt auch kurz gebratenes Fleisch oder Fisch dazu.

Carolas Lieblingsversion: einige Scheiben gepökelte, gekochte Schweinezunge dazu reichen.

Gut zu wissen:

Spätestens wenn im Mai der deutsche Spargel auf den Markt kommt, wird dieses Gemüse Hauptakteur auf unserem Teller. In Carolas Alltagsküche dünstet sie ihn in der Pfanne mit anderem Gemüse, dazu frische Tortellini, egal ob hausgemacht oder aus der Kühltheke.

Die Zutaten finden Sie u.a bei diesen Händlern:

marktfrisch
Frisches aus der Lausitz

Marktfrisch Rothenburg



Hammermühle Bautzen

