Karo-Tina Aldente: Grüner Spargel in Reispapier mit Erdnusssoße

Mein Fräulein Tochter Jasmin findet Dauergemüse großartig. Besonders grüner Spargel hat es ihr angetan. Nicht nur, weil sie dieses Frühjahrsgemüse gern isst, sondern weil sie damit zehn Quadratmeter Gemüseanbau vorweisen kann. In den ersten beiden Jahren erntete sie von ihrem Spargelbeet Kohlrabi und Möhren, die sie mit dem Spargel in Mischkultur gepflanzt hatte. Nun aber kann sie sich für die nächsten zehn Jahre über frische grüne Triebe des kalorienarmen Spargelgemüses freuen.

Spargel bietet viele Jahre reiche Ernte

Außer regelmäßigem Gießen, Mulchen und gelegentlichem Unkrautjäten gibt es im Spargelbeet nicht viel zu tun. Es ist

allerdings wichtig, dass die Pflanzen im Winter einen Frostschutz erhalten und dass Wurzelunkräuter so schnell wie möglich entfernt werden. Denn wenn sich erst einmal Ackerwinde, Giersch oder Brennnessel ins Spargelbeet verirrt haben, wird das Jäten zwischen den vielen Wurzeln der Spargelstauden schnell zu einem Ding der Unmöglichkeit.

Neulich traf ich Jasmin zusammen mit ihrem Freund und unserer Gartenfreundin Rapunzel, die alle so nennen, weil bei ihr die halbe Parzelle voll Feldsalat steht. Die drei debattierten über die Möglichkeit der Spargelvermehrung. Der Freund meiner Tochter studiert Philosophie und möchte aus unserem Heimatort gern eine essbare Stadt machen. Dafür zogen die drei eine Spargelpflanzung aus eigener Nachzucht im Stadtpark in Betracht.

Kleingarten eignet sich perfekt für grünen Spargel

“Aber wir haben doch nur männliche Pflanzen gekauft”, gab mein Fräulein Tochter zu bedenken.

“Dann müssen wir es mit Spargelsaat versuchen. Bei den selbst gezogenen Pflanzen wird schon eine weibliche dabei sein”, hoffte Rapunzel.

Ich fragte: “Und wer von Euch kümmert sich in den ersten zwei bis drei Jahren darum, dass die Spargelpflanzen im Park genügend Wasser bekommen und die Beete nicht zu stark verkrauten?”

Die drei schwiegen.

“Wir könnten ja mit dem Spargel zunächst bei mir im Garten üben und pflanzen erstmal Kohl in die Blumenrabatten im Park”, schlug Jasmin vor.

“Und für deine Spargelernte habe ich ein Rezept”, knüpfte ich

an.

Karo-Tina Rezept: Röllchen mit grünem Spargel

“200 Gramm dünne Triebe von grünem Spargel waschen, in zirka zwölf Zentimeter lange Stücke teilen und für drei Minuten bei mittlerer Hitze in einer Pfanne mit Rapsöl braten, mit Salz und Pfeffer würzen und abkühlen lassen.

360 Gramm Möhren und 240 Gramm Rettich waschen, schälen und in lange dünne Streifen schneiden. Eine Salatgurke ebenfalls in dünne Streifen schneiden, wenn nötig vorher schälen und eventuell Kerngehäuse entfernen. Je ein Bund Schnittlauch, zwölf Triebe Basilikum und zwölf Pflücksalatblätter waschen und trockenschütteln. Die Halme des Schnittlauchs quer halbieren. Nun auf einem Holzbrett nacheinander zwölf Blätter

Reispapier (26 cm) auslegen, mit Wasser besprühen oder bepinseln, bis sie sich leicht rollen lassen. Die Spargelstücke, die Kräuter und die Gemüsestreifen auf zwölf gleichmäßige Bündel verteilen und jeweils ein Bündel auf die obere Hälfte eines Reispapier-Blattes legen, die untere Hälfte hochschlagen und so zwölf feste Rollen formen.

Dann werden je vier Esslöffel Sojasoße, Zitronensaft und Erdnussmus zusammen mit je zwei Esslöffeln Zuckerrübensirup und weißem Balsamicoessig, zwei Teelöffeln Erdnussöl, einem Teelöffel süßer Chilisoße verrührt. Nun mit je einer kräftigen Prise Fenchelsamen, gemahlenem Sternanis und Pfeffer sowie je einer einfachen Prise Nelken- und Zimtpulver würzen und in einem Mixer oder mit dem Pürierstab etwa eine Minute zu einer glatten Soße verarbeitet. Die Soße wird von oben in die senkrecht stehenden Rollen geträufelt.”

“Das klingt so lecker, dass ich das gleich mal ausprobieren muss”, meinte mein Fräulein Tochter. “Wir haben gerade Spargel geerntet. Was haltet ihr davon, wenn wir drinnen weiter überlegen und währenddessen die Spargel-Rollen zubereiten?”

Rapunzel und der Freund meiner Tochter stimmten begeistert zu und machten sich auf den Weg in die Laube.

“Und wenn wir fertig sind, bekommst du natürlich eine Portion ab”, rief mir mein Fräulein Tochter über die Schulter zu.

Karo-Tina Aldente

Zutaten: Saprgel-Rollen

- 200 g grüner Spargel
- 360 g Möhren
- 240 g Rettich
- 1 Salatgurke
- 1 Bund Schnittlauch
- 12 Triebe Basilikum

- 12 Blätter Pflücksalat
- 12 Blätter Reispapier (26 cm)
- 4 EL Sojasoße
- 4 EL Zitronensaft
- 4 EL Erdnussmus
- 2 EL Zuckerrübensirup
- 2 EL weißer Balsamicoessig
- 2 TL Erdnussöl
- 1 TL süße Chilisoße
- Fenchelsamen
- Sternanis
- Salz und Pfeffer
- Nelkenpulver
- Zimtpulver

Verwandte Artikel

Naturnahe Kleingärten: Merkmale und Nutzen der kontrolliert wilden Oasen

in Gartenpraxis, Sonstige Gartentipps

Karo-Tina Aldente: Grüner Spargel in Reispapier mit Erdnusssoße

in Gartenpraxis, Karo-Tina

Vielfalterei: Mähfreier Mai hilft Bienen, Schmetterlingen und Insekten

in Artenvielfalt, Gartenkalender, Gartenpraxis, Mai

Falsches Saatbeet: Unkräuter gezielt austricksen

in Gartenpraxis, Sonstige Gartentipps

“Stunde der Gartenvögel” vom 9. bis 11. Mai 2025 – Jetzt mitmachen!

in Artenvielfalt, Gartenpraxis, Mai

Artenvielfalt: Kein Leben ohne Wasser

in Artenvielfalt, Gartenpraxis

Alle wichtigen Neuigkeiten jetzt kostenfrei als Newsletter abonnieren!

“Unser Kleingarten” wird Ihnen regelmäßig als Newsletter präsentiert und bietet Ihnen eine Fülle von Informationen und Ressourcen rund um das Thema Kleingärten.

Newsletter abonnieren