

Kräuterflädle, Spargel, Hollandaise, Babyspinat-Salat

Für zwei Personen

Für die Flädle:

2 Eier	40 g Edamer	250 ml Milch
50 g Kokosfett	1 EL Öl	100 g Weizenmehl
$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie	$\frac{1}{2}$ Bund Dill	1 Bund Brunnenkresse
$\frac{1}{2}$ Bund Kerbel	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	$\frac{1}{2}$ Bund Sauerampfer
$\frac{1}{2}$ Bund Borretsch	$\frac{1}{2}$ Bund Pimpernelle	1 Prise Zucker
1 Prise Salz		

Für den Spargel:

10 Stangen grüner Spargel	100 g Butterschmalz	300 ml Gemüsefond
Salz	Pfeffer	

Für die Sauce:

1 Zitrone, Saft	250 g Butter	3 Eier
10 ml Weißwein	1 TL Senf	weißer Pfeffer
Cayennepfeffer	Salz	Pfeffer

Für den Salat:

400 g Babyspinat	1 Knoblauchzehe	2 Orangen, Saft
60 ml dunklen Balsamico	1 TL Hoisinsauce	2 TL Dijonsenf
4 EL Olivenöl	1 Prise Zimt	2 TL brauner Zucker
Salz	Pfeffer	

Für die Pinienkerne:

30 g Pinienkerne

Für die Flädle:

Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Alle Kräuter im Multizerkleinerer kleinhacken. Käse reiben.

Mehl, Zucker und Salz in eine Rührschüssel geben und vermischen.

Restliche Zutaten dazu geben und kurz durchrühren. Schüssel abdecken und im Kühlschrank ruhen lassen. Nach der Ruhezeit die Rührschüssel aus dem Kühlschrank nehmen und noch einmal mit dem Löffel gut umrühren.

Für jedes Flädle ein Stück Kokosfett in einer Pfanne zergehen lassen.

Den Teig löffelweise in die Pfanne und dünne Flädle goldbraun von beiden Seiten anbraten und evtl. im Backofen warm halten.

Für den Spargel:

Spargel unten 2 cm schräg abschneiden und eventuell untere Hälfte schälen. Butterschmalz in einer Grillpfanne erhitzen und Spargel bei mittlerer Hitze braten. Wenn der Spargel noch zu bissfest ist, Gemüsefond aufgießen und fertig garen.

Für die Sauce:

Eier trennen und Eigelbe auffangen. Butter in einem Topf zerlassen und nicht zu stark erhitzen. Metallschüssel über ein kochendes Wasserbad stellen und 3 Eigelbe, Senf, etwas Zitronensaft, weißen Pfeffer und eine Prise Cayennepfeffer unterrühren. Dauerhaft rühren, bis sich alles verbunden hat und warm ist. Gefäß vom Wasserbad nehmen und flüssige Butter erst teelöffelweise, dann esslöffelweise unter ständigem Rühren mit Schneebesen

zugeben. Alternativ die Masse aus der Schüssel in ein hohes Gefäß und mit dem Mixstab rühren, Butter vorsichtig löffelweise zugeben und langsam hochziehen. Mit Weißwein, Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken. Wenn die Sauce zu fest ist, zusätzlich 3 EL Wasser oder Weißwein hinzugeben.

Für den Salat:

Spinat waschen und blanchieren, dann gut abtropfen lassen. Knoblauch abziehen und fein hacken. 100 ml Orangensaft auspressen. Für die Vinaigrette die restlichen Zutaten mit 30 ml Wasser und dem Orangensaft in einer Schüssel vermengen. Spinat in einen flachen Teller geben und Vinaigrette darüber träufeln.

Für die Pinienkerne:

Pinienkerne auf einem Blech auf der mittleren Schiene im Backofen bei 160 Grad Umluft maximal 10 Minuten goldbraun backen. Zwischendurch immer kontrollieren, damit sie nicht zu dunkel werden. Kurz vor dem Servieren über den Spinat geben.

Uwe Mayer am 09. Juli 2025