

Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“

Foto: Unsplash (Beispielfoto)



Spargel-Gemüse-Ragout mit Kartoffeln und Pfeffer-Erdbeeren

Zutaten (4 Personen):

- 1 grüner Spargel
- 3 gelbe Rüben
- 3 Karotten
- 3 Stangen vom Stangensellerie
- 1 Bund frischer Kerbel
- 500 Gramm heurige Kartoffeln
- 500 Gramm Becher Erdbeeren
- Halber Esslöffel Grüner Pfeffer im Glas
- Limetten-Saft
- Ein halber Liter Gemüsefond
- Weißer Pfeffer
- Salz
- Kümmel
- Apfelessig
- 2 Esslöffel Maizena
- 100 Gramm vegane Butter
- Ein Viertel Liter vegane Schlagcreme

Zubereitung:

Den grünen Pfeffer mit drei Erdbeeren mixen. Die gewaschenen Erdbeeren entstielen und mit dem Pfeffer-Erdbeermix marinieren. Butter in einem Topf schmelzen und mit Maizena anschwitzen. Gekochtes Gemüse hinzufügen, mit veganer Kochcreme und etwas Gemüsefond ablöschen und ca. 3 Minuten köcheln

Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“

lassen. Mit Apfelessig, weißem Pfeffer und Limettensaft abschmecken und gehackten Kerbel hinzufügen.

Das Ragout in einer Schüssel mit den heurigen Kartoffeln und den Pfeffer-Erdbeeren anrichten, die Spargelspitzen darauf garnieren und servieren.