

Spargel richtig essen: Tradition verpflichtet

Gourmetrestaurant, Wochenmarkt und Supermarkt – überall wird im Frühling der beliebte Spargel angeboten. Doch wie isst man das Gemüse eigentlich richtig? Unser Experte Marianne Bruns über die Tradition des Spargel-Essens.

26.01.2015 - von Marianne Bruns

Als während der französischen Besatzung im 19. Jahrhundert der Spargel nach Deutschland kam, war er grün und wurde, häufig gemeinsam mit der Artischocke, mit der Hand gegessen. Spezielle Spargel-Abtropfschalen sorgten dafür, dass die Kochflüssigkeit abtropfen konnte. Man nahm eine Stange in die Hand – in sehr vornehmen Häusern gab es dafür einen speziellen Stangenhalter – tunkte die Spitze in eine der vorbereiteten Saucen und biss ab. Am holzigen Ende des Spargels angekommen, wurde dieses auf den dreigeteilten Teller gelegt, auf dem Spargel, Sauce und die Enden übersichtlich drapiert werden konnten.

Ein Zufall brachte uns den Spargel

Als die deutschen Spargelbauern durch Zufall entdeckten, dass eine mit Sand abgedeckte Spargelpflanze gebleichte Stangen mit einem ausgesprochen ausgewogenen Aroma hervorbringt, war die Stunde des deutschen weißen Spargels gekommen. Doch auch dieser wurde zunächst mit der Hand gegessen, denn das damals benutzte Besteck war noch nicht rostfrei. Heute essen wir Spargel mit Messer und Gabel, aber die Kenner beginnen - der Tradition folgend – immer mit der Spitze zuerst.

Viele gute Wirkungen

Der Geschmack des Spargels wird im wesentlichen von der Bodenbeschaffenheit und dem Wasser bestimmt. Am besten sind sandige, wasserdurchlässige Böden, die Staunässe verhindern. Denn

<http://www.meine-vitalitaet.de/article/view/id/310>

© 2019 MEINE VITALITÄT / Green Vital Media GmbH

Alle Rechte vorbehalten. Eine Vervielfältigung ist nur mit Genehmigung durch die Green Vital Media GmbH gestattet

-

das würde einen moorigen, modrigen Geschmack ergeben. Gesund ist er allemal, früher galt er als Heilpflanze für Nierenbeschwerden und Katarrhe. Heute schätzen wir vor allem die vielen Mineralstoffe wie Kalium, Magnesium, Phosphor und Eisen sowie die darin enthaltenen Vitamine.

Immer mehr Spargel

Dass heutzutage bereits im April deutscher Spargel angeboten wird, liegt an der Folienabdeckung. Bis zu drei Folienschichten werden mittlerweile über die Spargeldämme geschichtet und die ersten Spargelbauern haben bereits Warmwasserleitungen zu ihren Feldern gelegt, in der Hoffnung, der erste Lieferant eines Jahres zu sein. Ob es demnächst frischen deutschen Spargel bereits zu Weihnachten gibt, können wir Ihnen allerdings nicht versprechen.

Weitere Informationen:

*Für das beliebte Gemüse gibt es in Nienburg ein eigenes Spargelmuseum:
www.museum-nienburg.de*

Wie Sie Spargel zubereiten und was in ihm steckt lesen Sie bei uns:

Spargel kochen: Richtige Zubereitung und Lagerung

Spargel: Gesundes Saisongemüse ohne Kalorien