



## Baumnussöl

### Kartoffelragout mit grünem und weissem Spargel

Zubereitung 15 min

Schwierigkeit leicht

Fertig in 35 min

#### Zutaten für 6 Portionen

1 kg weisser Spargel  
500 g grüner Spargel  
800 g festkochende Kartoffeln  
2 EL Pflanzenöl  
300 ml  
Salz  
Cayennepfeffer  
100 g Crème fraîche  
1 Handvoll Kerbel  
Baumnussöl

Den weißen Spargel ganz, vom grünen Spargel nur das untere Drittel schälen. Die Stangen in 3-4 cm lange Stücke schneiden. Dicke weiße Stangen, falls nötig, längs halbieren. Die Kartoffeln schälen und in mundgerechte Stücke schneiden. Den weißen Spargel in heißem Öl farblos anschwitzen und die Brühe angießen. Die Kartoffeln dazu geben, mit Salz und Cayennepfeffer würzen und etwa 10 Minuten leise köcheln lassen. Falls nötig, noch etwas Brühe ergänzen. Den grünen Spargel dazu geben und zusammen weitere 5-6 Minuten zusammen fertig garen. Zum Schluss die Crème fraîche einrühren und nicht mehr kochen lassen. Den Kerbel hacken und (für die Garnitur einige Blättchen beiseitelegen) zum Ragout geben. Abschmecken und auf Teller verteilen. Mit den Kerbelblättchen garnieren und mit einigen Tropfen Baumnussöl verfeinert servieren.

[Rezept](#) gefunden auf Eat Smarter