

Schwarzwurzelragout

by Andreas - Mittwoch, Januar 23, 2013

<http://mundgericht.de/index.php/schwarzwurzelragout/>

Die Schwarzwurzel, auch Winterspargel oder der Spargel des kleinen Mannes genannt, war noch bis vor einigen Jahrzehnten ein sehr beliebtes Gemüse. Heute wird es eher selten verwendet, da das Schälen der Stangen problematisch ist. Die schwarze Haut färbt stark und der Spargel sondert eine klebrige milchige Flüssigkeit ab, die sich schlecht abwaschen lässt. Am besten ist es die Stangen unter fließendem Wasser mit einer Wurzelbürste zu reinigen und dann mit einem Sparschäler zu bearbeiten. Gummihandschuhe machen die Sache perfekt.

700 gr. Schwarzwurzeln

1 Zwiebel

2 EL gehackte Petersilie

1 Zitrone

3 EL Olivenöl

Pfeffer

Salz

Die Schwarzwurzeln wie oben beschrieben schälen. Dann sofort in mundgerechte Stücke schneiden und in eine Schale mit kaltem Wasser und dem Saft einer halben Zitrone einlegen. Die Schwarzwurzeln verfärben sich sonst im Handumdrehen braun.

Die Zwiebel fein würfeln und im Olivenöl in einer Pfanne andünsten. Nun die Schwarzwurzelstücke dazugeben und bei geschlossenem Deckel ca. 10-15 Minuten köcheln lassen. Gelegentlich umrühren. Dann mit dem Saft der verbliebenen halben Zitrone übergießen, salzen, pfeffern und mit der Petersilie bestreuen. Nochmals ca. 5 Minuten bei kleiner Flamme köcheln lassen.