# Spargel richtig kochen

Es ist gar nicht so einfach, Spargel richtig zu kochen, denn er ist recht empfindlich. Dieses Rezept soll dabei helfen.

**Verfasser:** kochrezepte.at

**Arbeitszeit:** 10 min

**Koch/Backzeit:** 20 min

**Gesamtzeit:** 30 min

## Zutaten

| | |
|---|---|
| 1 kg | Spargel |
| 2 TL | Salz |
| 0.5 TL | Zucker |
| 1 TL | Öl |

## Zubereitung

1. Wer **Spargel richtig kochen** möchte, verwendet einen großen Kochtopf. Mit Wasser auffüllen, Salz, Zucker und Öl zufügen. Die Menge richtet sich nach der Größe des Topfes und der Spargelmenge. Auf 1 Kilo Spargel rechnet man etwa einen halben Teelöffel Zucker, zwei Teelöffel Salz und einen Teelöffel Öl. Das Wasser nun zum Kochen bringen.

2. Inzwischen den Spargel von den holzigen Enden befreien. Weißer Spargel wird vollständig von der Spitze nach unten geschält. Bei grünem Spargel genügt es, den unteren Bereich (etwa 5 Zentimeter) zu schälen.

3. Sobald das Wasser anfängt zu kochen, den Spargel in den Topf geben. Die Schalen und Enden kann man mit in das Wasser geben, um später eine Suppe daraus zu machen. Das Wasser einmal aufkochen lassen, dann unverzüglich die Temperatur herunterschalten. Ideal sind Spargeltöpfe, bei denen das Gemüse stehend gegart wird und die zarten Spitzen herausschauen.

4. Bei niedriger Hitze weich garen lassen (grüner Spargel etwa 10 Minuten, weißer Spargel 15 bis 20 Minuten; auch von der Größe abhängig). Anschließend Wasser vorsichtig abgießen.

## Tipp

Wer öfter Spargel richtig kochen und zubereiten möchte, kann sich einen Spargeltopf anschaffen. Darin garen die Stangen stehend in einem Siebeinsatz und können damit ganz einfach entnommen werden.