

„Essbares Elfenbein“

27.04.2025 09:53 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

"Essbares Elfenbein"



„Kirschen rot, Spargel tot“, so lautet eine Bauernregel.

Die Langfassung dazu lautet: Die Ernte der „Speise der Götter“, des „Königsgemüses“ oder schlicht des „jungen Triebes, der nicht gesät wurde“, so die Übersetzung des griechischen Namens „aspáragos“ beginnt im April. Gestochen wird das edle Gemüse bis zum 24. Juni, dem Johannistag. Die relativ kurze Erntezeit endet mit dem Reifen der Kirschen.

Die Geschichte des Spargels

Bereits die Ägypter kannten die Urform des Spargels, ebenso wie vor etwa 2.500 Jahren die alten Griechen. Sehr wahrscheinlich diente die „Speise der Götter“ allerdings eher der medizinischen Verwendung oder als Aphrodisiakum. Die Römer bauten später dieses Gemüse später als Delikatesse an und brachten es wahrscheinlich über die Alpen nach Deutschland. So wurde zu Beginn des 17. Jahrhunderts aus einer Heilpflanze übers Luxusgemüse für Fürsten eine beliebte Delikatesse, die trotz eines arbeitsintensiven Anbaus für jedermann erschwinglich geworden ist. Das „essbare Elfenbein“, wie der Spargel auch genannt wird, ist eine Staude, deren Sprosse gestochen und verzehrt werden. Der ins Kraut schießende Spargel liefert anschließend das grüne Beiwerk zu hübschen Frühlingssträußen. Aber Vorsicht: Die roten Beeren sind schwach giftig.

Grün, weiß und violett

Die weißen Spargelstangen sind genaugenommen ein Zufallsprodukt. Um die zarten Stangen vor Schädlingsbefall zu schützen, wurden sie bedeckt, was zur Folge hatte und weiterhin hat, dass der Spargel ohne Sonnenlicht hell bleibt. Die grüne Farbe des überirdisch angebauten Spargels entsteht durch Chlorophyll, das der Spargel bildet, sobald er dem Sonnenlicht ausgesetzt ist. Dieser Spargel ist vitaminreicher, würziger und dünner und muss nur im unteren Drittel geschält werden. Neben diesen beiden hauptsächlich bei uns angebauten Sorten gibt es noch weißen Spargel mit lila Köpfchen, den komplett lilafarbenen Spargel, den Wildspargel sowie den Thai-Spargel.

Die Zubereitung

Die Vielfalt in der Zubereitung der unterschiedlichen Spargelsorten ist beeindruckend. So werden die grünen Stangen kurz angebraten als Snack geschätzt. Die klassische Variante ist jedoch der weiße Spargel mit Kartoffeln, Schinken und Sauce hollandaise. Aber auch auf Feldsalat mit Nüssen und Dressing sowie warm mit Erdbeeren und Schafskäse wird Spargel immer öfter moderner zubereitet. Frischen Spargel erkennen Sie an den feuchten Schnittstellen, am leisen Quietschen, wenn Sie die Stangen aneinander reiben oder am hellen Ton, wenn Sie die Stangen gegeneinander schlagen.

Foto oben rechts: Klassische Art des Spargelgenusses

Foto: AdobeStock_143287354.jpg

Text: Martina Jansen