

Wokspätzle vom Spargelfeld

Rezept für 4 Personen

Einkaufsliste:

4 EL Rapsöl
400 g Hähnchenbrust
150 g Weißer Spargel
150 g Violetter Spargel
100 g Grüner Spargel
300 ml Geflügelbrühe
300 g Spätzle
100 g Radieschen
80 g Lauchzwiebeln
3 Blätter Bärlauch
10 g Korianderblätter
Salz & Pfeffer

Zubereitung:

Die Hähnchenbrust in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden und bereitstellen.

Den weißen und den violetten Spargel schälen, beim grünen Spargel die Blättchen mit Hilfe eines kleinen Messers entfernen. Die Enden aller Spargelstangen entfernen. Anschließend leicht schräg in 5 mm dicke Scheiben schneiden.

Das Lauchzwiebelgrün und die Bärlauchblätter in feine Ringe bzw. Streifen schneiden.

Die Radieschen von den Blättern befreien, der Länge nach halbieren und in Scheiben schneiden.

Korianderblätter vom Stiel zupfen.

Das Rapsöl im Wok erhitzen, die Hähnchenbrust scharf anbraten.

Sind die Poren geschlossen und haben die Hähnchenscheiben Farbe genommen, das Fleisch mit einer Schaumkelle aus dem Wok nehmen.

Den geschnittenen Stangenspargel im Wok schwenken.

Mit Geflügelbrühe ablöschen, anschließend 3 bis 4 Minuten köcheln lassen.

Die Spätzle im Spargel-Geflügelfond erhitzen.

Radieschen, Lauchzwiebeln, Bärlauch und Korianderblätter hinzufügen, kurz schwenken. Gefällig in einem Schüssel oder in einem Pastateller anrichten.