

# Wieder Geschmacksschmausday

mit dem Hobbyfirstkoch Ingolf Griese

Verspätete Frühlingsgelüste kommen beim dinieren

– hier mein Menue...



## Ingwer-Gulasch mit Frühlingsspargel in weiß

**Zutaten für ca. 4 Personen und vorbereiten:** 1 kg Hähnchenbrustfilet – in Würfel schneiden und Olivenöl, Ingwer marinieren, 3 gr. Zwiebeln – klein schneiden, 4 Knoblauchzehen – klein schneiden, 1 Bund Zwiebellauch – klein schneiden, 1 Bund groben Petersilie – klein schneiden, 800 g klein Kartoffeln, 2 kl.Dosen ganze Tomaten geschält, 2 kl.Dosen Kidneybohnen.  
Gewürze und Öle: Olivenöl (marinieren), Rapsöl (anbraten), Salz, Zucker, Curry, Tomatenmark, Ginger-Thai-Sauce, Worcester-Sauce, Sojasauce, 1,5 kg weißen Spargel, Kräuterbutter, 1 Brühwürfel (Rindfleisch), 1 Stück Butter, 1 Zitrone, Rosmarin.

**Zubereitung:** Kartoffeln gar kochen, dann mit Rosmarin in Olivenöl schwenken, Spargel schälen, ins kochende Wasser mit der Butter und halben Zitronensaft ca. 25min ziehen lassen, danach Sud weggießen, Kräuterbutter, Maggi, Muskatnuss, 1/2Zitrone, Pries Salz reingeben und durchschwenken. Zwiebeln glasig mit einer Priesse Zucker anbraten, Hähnchenbrustwürfel dazu und beides mit reichlich Curry kurz schmoren, die Dosen ganze Tomaten geschält und Kidney-Bohnen, dazu geben und mit Knoblauchzehen, Zwiebellauch, Brühwürfel, Ginger-Thai-Sauce, Worcester-Sauce, Sojasauce fertig kochen. Andicken mit etwas Tomatenmark. Abschmecken und evtl. Würzen. Fertig!

**Serviert** wird das Menue mit Schwarzbier.

**Allen Gästen hat es gut gemundet...**

**„Guten Appetit!“**

