



## Spargel-Omelette mit legierter Sauerrahm-Sauce mit Safran

Die Sauerrahmsauce ist in Geschmack und Konsistenz der klassischen Sauce hollandaise nicht ganz unähnlich, nur kommt sie ganz ohne Butter aus und ist etwas einfacher und gelingsicherer in der Zubereitung. Der Sauerrahm wird erhitzt (nicht gekocht!) und mit einem Eigelb vermischt (legiert), das macht sie sie ganz schön fein und sämig.

Die Spargelschäfte und -spitzen hab ich separat gekocht. Die in kurze Stücke geschnitten Spargelschäfte gaben zusammen mit der Sauce die Füllung der Omeletten. Die zarten Spargelspitzen hab einfach so dazu angerichtet: "Aspargi Don Rolando!"

### Zutaten (2 Portionen)

500g grüne Spargeln  
120g Sauerrahm  
1 Eigelb  
1El Zitronensaft  
1/2Tl Safranfäden  
1/2dl Wasser  
Salz und Pfeffer

### Omeletten (4 Stück):

1dl Milch  
30g Mehl  
2 Eier  
3g Salz  
Bratbutter

### Zubereitung

Omeletten: Mehl in eine Schüssel geben, Milch zu Beginn löffelweise dazugeben und

mit einer Gabel gut verrühren, sobald ein homogener Teig entsteht, Milch in grösseren Portionen zugeben und mit dem Schwingbesen kräftig verrühren. Eier und Salz zugeben und nochmals gut verrühren. 1 Stunde kühlstellen.

Safranfäden zwischen den Fingerkuppen zerreiben und ca. 20 Minuten in 1/2dl lauwarmen Wasser einweichen.

Omeletten mit wenig Bratbutter ausbacken und im auf 80° vorgeheizten Backofen zwischenlagern.

Sauerrahm aufwärmen, aber nicht kochen lassen. Safran mit dem Wasser dazugießen. Eigelb in ein Schälchen geben und mit 2 Esslöffel vom warmen Sauerrahm vermischen. In die Sauerrahmauce zurückgeben und mit dem Schwingbesen vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Warm halten, aber nicht kochen, da sonst das Eigelb gerinnt.

Zähes (verfärbtes) Ende der Spargelschäfte abschneiden (ca. 3-4cm). Schäfte in ca. 2-3cm lange Stücke schneiden. Salzwasser aufkochen, Zitronensaft zugeben und zuerst die Spargelschäfte ca. 4-5 Minuten kochen. Mit einer Schaumkelle herausheben, kurz abtropfen lassen und zur Sauce geben. Danach die Spargelspitzen 3-4 Minuten kochen.

Omeletten auf Tellern auslegen, zur Hälfte mit der Sauce inkl. Spargelstückchen belegen. Omeletten zuklappen. Spargelspitzen dazu anrichten.





*Sauerrahm und angerührtes Eigelb*



*Omelettenfüllung*

