


Kräuter-Schinken-Souvlachen mit grünen Spargeln



Der feine Unterschied.

 Gesamtzeit: 4 h 45 min

 Aktivzeit: 35 min

 Einfach



Zutaten

für 4 Personen

- 400 g** gekochter Schinken am Stück vom Schweizer Schwein
- 8 Blätter** Gelatine
- 5.5 dl** Gemüsebouillon
- 0.5 dl** Apfelessig
- 1** Frühlingszwiebel
- 1 Bund** glatte Peterli
- 0.5 Bund** Kerbel
- Salz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 1** Rüeblli
- 100 g** Stangensellerie
- 3 EL** Rapsöl
- 3 EL** Zitronensaft
- 1 EL** Senf
- 1 Prise** Zucker
- 1 Bund** Schnittlauch
- 1 kg** grüner Schweizer Spargel
- 4 Stück** Nussbrötchen, je ca. 60 g

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

- 537** kcal
- 39 g** Eiweiss
- 36 g** Kohlenhydrate
- 25 g** Fett

 enthält Gluten

 Laktosefrei

Tipp

Statt in eine grosse Terrinenform kann man die Sülzchen auch in einzelne Timbale-Förmchen füllen.

Zubereitung

- 1** Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Schinken in kleine Würfel schneiden.
- 2** Gemüsebouillon und Apfelessig aufkochen. Gelatine im heissen Sud auflösen. Auf Zimmertemperatur abkühlen lassen.

- 3 Frühlingszwiebel waschen und samt Grün fein hacken. Peterli und Kerbel hacken. All diese Zutaten mit dem Schinken zum Sud geben und mit Salz und Pfeffer würzen.
- 4 Eine Cakeform von 1 l Inhalt mit Klarsichtfolie auslegen. Die Schinken-Sülze in die Form füllen und im Kühlschrank für mindestens 4 Stunden fest werden lassen.
- 5 Rüeblli und Stangensellerie rüsten und in sehr feine Würfel schneiden. Im heissen Öl 2 Minuten dünsten. In eine Schüssel geben und abkühlen lassen. Mit Zitronensaft, Senf, Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Schnittlauch fein schneiden und dazugeben.
- 6 Spargeln waschen, die Enden um 2 cm kürzen. In Salzwasser oder im Dampf etwa 8 Minuten garen. Auf eine Platte geben und die Gemüsemarinade darüber verteilen.
- 7 Sülze aus der Form nehmen und in Scheiben schneiden. Mit den Spargeln auf Tellern anrichten. Brötchen separat dazu servieren.