

Horst Lichter | Gratinierter Spargel mit Seeteufel-Spießen

Zutaten für 4 Personen:

- 1 kg grüner Spargel
- 12 Seeteufel-Medaillons
- 4 Zweige Rosmarin
- 7 EL Olivenöl
- 200 g Parmesan am Stück
- 20 g Butter
- 1 TL Zucker
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zitrone
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen.

Spargel im unteren Drittel schälen und die Enden abschneiden. Im kochenden Salzwasser mit Zucker und Butter ca. 6 Minuten bissfest garen, in ein Sieb abschütten und gut abtropfen lassen.

Den Parmesan reiben. Den Spargel in eine Auflaufform legen und mittig mit dem Käse bestreuen. Die unteren und oberen Enden mit Olivenöl beträufeln. Den Spargel anschließend im Backofen für ca. 12 – 15 Minuten überbacken.

Je 3 Fisch-Medaillons auf einen Rosmarinzwig stecken. Den Fisch rundherum mit Salz und Pfeffer würzen. 5 EL Öl und die ungeschälte Knoblauchzehe in einer Pfanne erhitzen und die Fisch-Spieße bei mittlerer Hitze rundherum 6 – 8 Minuten braten. Die Zitrone pressen und den Fisch mit Zitronensaft beträufeln.

Dazu passen kleine Kartoffeln in Butter geschwenkt.

Rezept: Horst Lichter

Quelle: Lafer! Lichter! Lecker! vom 07.06.2008

Prominente Gäste: Christina Surer & Christian Clerici