

## Spargel Mousse mit Lachstartar



- **Küche:**Deutsch
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 20m
- **Fertig in** 45m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '40', 'cook_time' : '20m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

**Spargel-Mousse mit Lachstartar** ist eine feine **Frühjahrsvorspeise** und passt wunderbar in ein leichtes Frühlingmenü.

Frühlingszeit ist Spargelzeit! Die Spargelsaison lässt die Herzen zahlreicher Liebhaber und Gourmets höher schlagen! Ob weißer, grüner, oder violetter Spargel, aus allen Sorten werden wunderbare Gerichte gezaubert. Und Kenner wissen bereits, Spargel kann so viel mehr, als einfach nur gekocht und mit einer Sauce serviert werden. Bei diesem Rezept für ein cremiges Spargel-Mousse **harmonieren alle Zutaten** optimal miteinander. Die Mousse eignet sich hervorragend für ein frühlings-frisches Lachstartar. Dieses wird zu gleichen Teilen aus **frischem und geräuchertem Lachs** zubereitet. Es schmeckt einfach hervorragend und ist zudem auch optisch ein wahrer Augenschmaus!

### Zutaten

- 100 g weißer Spargel, herkömmlich geschält, gekappt, in dünnen Scheibchen
- 100 g frisches Lachsfilet
- 100 g Räucherlachs

- 2 Blatt weiße Gelatine, kalt eingeweicht
- 1 Eiweiß, mit 1 Prise Salz steif geschlagen
- 1/2 Bündchen Kresse zum garnieren
- 12 - 16 grüne Spargelspitzen, 4 cm lang
- 100 ml Sahne
- 2 El Schnittlauchröllchen
- Etwas Zitronensaft Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker
- 1 El Olivenöl
- Salz, weißer Pfeffer aus der Mühle
- Für die grünen Spargelspitzen: 1/2 Bund grüner Spargel
- 1 El Weißweinessig
- 2 El Walnussöl

## Zubereitungsart

### Schritt1

Die grünen Spargelspitzen in Salzwasser „bissfest“ kochen und in einer schmackhaften Marinade aus Weißweinessig und Walnussöl marinieren.

### Schritt2

Die Spargelscheiben in der Sahne ca. 8 - 10 min. kochen, mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker würzen. Mit dem Stabmixer pürieren, die gut ausgedrückte Gelatine dazu geben, auflösen. Etwas abkühlen lassen und das steif geschlagene Eiweiß unter heben, im Kühlschrank anziehen lassen.

### Schritt3

Beide Lachssorten in möglichst kleine Würfel schneiden, Schnittlauch, Zitronensaft und Olivenöl dazu geben, salzen, pfeffern.

### Schritt4

Die Spargelmousse auf dem Lachstartar in Vorspeisen-Ringen verteilen, glatt streichen und auf gekühlten Vorspeisentellern anrichten. Die Spargelspitzen drum herum garnieren und mit etwas Kresse und knusprigem „Melba Toast“ bestreut zu Tisch geben

## Spargel: Ein kulinarischer Gaumenschmaus

Spargel ist unbestreitbar und mit Abstand die **beliebteste Gemüsesorte** im Frühling. An erster Stelle steht hier bei vielen der lecker gekochte Spargel, der mit einer feinen Sauce Hollandaise gereicht wird.

Bei der Frage nach dem **Unterschied zwischen grünem und weißem Spargel** herrscht oftmals Unwissenheit. Während die weiße Sorte unter der Erde gedeiht, wächst der grüne Spargel oberhalb vom Ackerboden. Die **grüne Färbung** entsteht durch das Chlorophyll während der Sonneneinstrahlung. Geschmacklich ist der grüne Spargel herzhafter. Weißen Spargel schätzen Kenner hingegen wegen seines feineren Aromas. Und es gibt auch **violetten Spargel**, der eine leicht „nussige“ Note besitzt.

Insbesondere in der Kombination mit Lachs schmeckt Spargel besonders gut: Edles Lachstartar und

edler Spargel sind elegant in der Komposition und harmonieren geschmacklich ausgesprochen fein miteinander.

**Rezeptart:** Fischgerichte, Kalte Fischgerichte, Kalte Vorspeisen, Partyrezepte **Tags:** edel, leicht, saisonal, spargelzeit

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/spargelmousse-lachstartar/>