

Schinken-Käse-Toast mit grünem Spargel

Zutaten (für 4 Personen):

- 500 g grüner Spargel
- 4 EL grobes Paniermehl
- 4 Eier
- 8 Scheiben Kastenweißbrot
- alternativ: Toast
- 3 EL geriebener Parmesan
- Olivenöl
- 4 Scheiben gekochter Schinken
- 4 Scheiben (z.B. Emmentaler oder mittelalter Gouda) Käse
- 1 Tasse Mehl
- etwas Butterschmalz oder Öl
- 4 Kirschtomaten
- 1 Beet Kresse oder Sprossen
- Zucker
- Salz
- Pfeffer

Den Spargel im unteren Drittel schälen und die angetrockneten Enden abschneiden. Die Stangen anschließend halbieren. Das Paniermehl in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten, dann beiseitestellen. Die Hälfte der Eier wachweich kochen, pellen und halbieren.

Brotscheiben mit etwas Parmesan bestreuen und mit Olivenöl beträufeln. Mit Schinken und Käse belegen und etwas gemörserten Pfeffer darüber streuen. Jeweils mit einer zweiten Scheibe verschließen und alles gut zusammendrücken. Übrige Eier verquirlen und in eine breite Schale geben. Das Mehl ebenfalls in eine Schale füllen. Die belegten Toasts in Mehl wenden, überschüssiges Mehl vorsichtig abklopfen. Anschließend in der Eimasse wenden.

Butterschmalz oder Pflanzenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Die Toasts darin von beiden Seiten bei mittlerer Hitze goldbraun braten. Gegebenenfalls nacheinander braten und warmstellen.

Parallel in einer weiteren Pfanne Oliven- oder Rapsöl erhitzen. Den Spargel hineingeben und zunächst scharf anbraten. Die Hitze reduzieren und den Spargel etwa 2-3 Minuten weiterbraten. Dabei mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Er sollte gar sein, aber noch etwas Biss haben. Zum Schluss die Kresse/Sprossen untermengen und die Tomaten hinzufügen und kurz rösten.

Sendung/Quelle: DAS!

Sendetermin: 28.04.2023

Koch/Köchin: Rainer Sass

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen