



Schon die Römer wußten den Spargel als schmackhaftes Gemüse zu schätzen. Marcus Gavius Apicius verfasste das erste überlieferte Kochbuch Europas: "Ars Mafirica - Über die Kochkunst". Seine Rezepte gelten bis heute als Meisterwerke.

Spargelauf nach Apicius

*2 kg Spargel
4 Wachtel- oder Hühnerbrüste
6 Eier
1 EL Wein
2 EL Fischsauce (Garum)
80 ml Öl
reichlich Pfeffer*

Geflügel vorbereiten und halb gar kochen. Spargel kochen, abschütten und durch ein Sieb passieren. Die Eier mit etwas Fischsauce mischen und unter den Brei rühren. Im Mörser zerstoßenen Pfeffer mit Wein, restlicher Fischsauce und Öl in einen Topf geben und aufkochen.

Das Spargelpüree in eine Auflaufform geben, das Geflügel darauflegen und mit der Sauce übergießen. 20 bis 30 Minuten backen.

Mit Pfeffer bestreut servieren.

Das Gericht kann auch kalt serviert werden

Guten Appetit!

