

Gebratener Spargel mit Tomate

Für 2 Portionen

400 g Spargel	4 Fleischtomaten	2 EL Panko
50 g Dörrfleisch	1 Zwiebel	4 Stiele Petersilie
1 EL Sesamöl	Butter, Salz, Pfeffer	

Zunächst Wasser aufsetzen und zum Kochen bringen. Die Fleischtomaten kreuzförmig an der Oberseite einritzen und für wenige Sekunden im kochenden Wasser blanchieren. Anschließend die Haut der Tomaten abziehen und abkühlen lassen. Den rohen Spargel schälen und in dünne, schräge Scheiben schneiden. Eine Pfanne mit etwas Öl aufsetzen und erhitzen. Eine Zwiebel abziehen, in Streifen schneiden, gemeinsam mit dem Spargel in die Pfanne geben, anbraten und mit Salz und Pfeffer anwürzen. Die Tomaten vierteln, das Fruchtfleisch entfernen, das Feste der Tomate leicht schräg in Streifen schneiden und gemeinsam mit dem Spargel in der Pfanne anbraten. Eine Flocke Butter hinein geben. Abschließend die Petersilie hacken und ebenfalls kurz in der Pfanne anbraten. Das Dörrfleisch in dünne Streifen schneiden und zusammen mit dem Panko unter ständiger Bewegung in der Pfanne anrösten. Einen kleinen Schuss Sesamöl dazugeben, die Pfanne erneut mehrmals schwenken und vom Herd nehmen. Das Pfannengemüse auf Tellern anrichten und servieren.

Steffen Henssler am 29. 05. 2012