Spargel – Flan mit Krabben und grünem Spargel Pesto

- **Portionen:** 4-5
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 15m
- **Fertig in** 35m

window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '35', 'cook_time' : '15m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4-5', 'yield' : '' });

Warme, elegante Vorspeise in der Spargelsaison, bei Gekonntgekocht ein Kinderspiel

Zutaten

- Für den Spargel - Krabben - Flan
- 500 g und weißer Spargel
- 125 g Krabbenfleisch, küchenfertig
- 100 g Frischkäse (Gervais oder Philadelphia)
- 1 g Mozzarella, geraspelt
- 50 ml Sahne
- 2 ganze Eier
- Etwas Butter zum Ausfetten
- Etwas Öl
- Weißer Pfeffer aus der Mühle, Salz, 1 Strich Muskatnuss
- Für das grüne Spargel Pesto:
- 250 g grüner Spargel
- 30 g Pinienkerne, gebräunt
- 50 g geriebener Parmesankäse
- 1/2 Bund Kerbel, gezupft, grob gehackt
- 1 – 2 Knoblauchzehen in Scheibchen
- 75 ml Olivenöl
- Weißer Pfeffer aus der Mühle, Salz, 1 Prise Zucker

Zubereitungsart

Schritt1

Schritt2

Der Spargel - Krabben -Flan:

Schritt3

Den weißen Spargel herkömmlich, ab dem oberen Drittel vom Kopf aus schälen, im unteren Teil etwas mehr.

Schritt4

Die Endstücke kappen und zunächst die Schalen und Abschnitte für 5 min. in kochendem Salzwasser mit einer Prise Zucker auskochen.

Schritt5

Danach passieren und den Fond wieder aufkochen. Den Spargel erst jetzt hinein geben, ca. 13 - 14 min. "bissfest" garen.

Schritt6

Heraus nehmen und die Köpfe abschneiden, an die Seite legen.

Schritt7

Der Flan:

Schritt8

Den restlichen Spargel mit der Sahne und dem Frischkäse zu einer Flan - Masse fein pürieren.

Schritt9

Die Eier und den grob gehobelten Mozzarella unter heben, danach die gut ausgedrückten Krabben.

Schritt10

Mit weißem Pfeffer aus der Mühle, Salz und 1 Strich Muskatnuss würzen, nachschmecken.

Schritt11

In die ausgebutterten Auflaufförmchen geben, 2/3 voll, darüber die Spargelspitzen aufteilen.

Schritt12

Das tiefe Backofenblech 2 cm hoch mit Wasser füllen und für 35 - 40 min. in den auf 200° C vorgeheizten Backofen stellen.

Schritt13

Das grüne Spargel Pesto.

Schritt14

Die Pinienkerne zunächst in einer Stielpfanne ohne Fett bräunen.

Schritt15

Den Spargel herkömmlich, ab dem oberen Drittel vom Kopf aus schälen, im unteren Teil etwas mehr;

die holzige Enden abschneiden.

Schritt16

In Salzwasser mit 1 Prise Zucker ca. 6 - 7 min. garen. Heraus nehmen, abschrecken und in grobe Stücke schneiden.

Schritt17

Mit allen weiteren Zutaten mit dem Stabmixer fein pürieren und in einem dünnen Strahl das Olivenöl dazu geben. Mit Salz und Pfeffer aus der Mühle herzhaft abschmecken.

Schritt18

Anrichtevorschlag:

Schritt19

Mit einem kleinen Küchenmesser einmal um den Förmchen Rand fahren, stürzen und "mittig" anrichten. Etwas Spargel - Pesto darüber geben und einige marinierte Frisèe Blättchen drum herum garnieren.

Schritt20

Das übrige Pesto in ein Schraubglas geben, verwahren, hält sich bis zu 14 Tagen im Kühlschrank.

Schritt21

Der Spargel - Krabben - Flan schmeckt auch kalt sehr gut.

Rezeptart: Pesto, Warme Vorspeisen **Tags:** krabben, saison, spargel, warme vorspeise

https://www.gekonntgekocht.de/rezept/spargel-flan-mit-krabben-und-gruenem-spargel-pesto/