

Spargelsuppe mit Parmaschinken

Spargelsuppe kommt mal klassisch, edel oder exotisch daher. Feincremig ist sie ein leichtes Hauptgericht oder ein köstlicher Auftakt eines Menüs. In diesem Rezept verleiht das würzig-süße Aroma des Parmaschinkens dem beliebten Klassiker einen extravaganen Geschmack.

► **Spargel ist saisonal**, regional und gesund. Das edle Gemüse kommt im Frühling oft auf den Tisch, mal als Salat oder als Beilage zu Fisch, Fleisch und Schinken oder eben als feincremige Suppe. In diesem Rezept wurde der beliebte Klassiker mit den einzigartigen Aromen des Parmaschinkens kombiniert.

Was macht einen Parmaschinken so besonders? Schinken, Salz, Luft – und ganz viel Zeit, mehr braucht es zu seiner Herstellung nicht. Parmaschinken kommt ausschließlich aus der Region Parma. Nur hier darf er laut EU-Gesetz hergestellt, geschnitten und verpackt werden. Zur Herstellung werden ausschließlich die Hinterkeulen der Schweinerassen Large White, Landrance und Duroc verwendet, die aus zehn Regionen Nord- und Mittelitaliens stammen müssen: Emilia-Romagna, Venetien, Lombardei, Piemont, Molise, Umbrien, Toskana, Marken, Abruzzo und Latium. Auch Alter und Gewicht sind genau definiert: Das Schwein muss mindestens neun Monate alt und 140 kg schwer sein.

Der rohe Schinken wird nur mit Meersalz eingerieben und luftgetrocknet. Daher ist ein Parmaschinken ein reines Naturprodukt, ohne Zusatzstoffe, Farb- oder Konservierungsstoffe, Nitrite oder Nitrate.

Die kühlen, trockenen Winde, die über den Apennin einströmen, sind für die langsame Lufttrocknung der Schinken ganz wichtig und tragen maßgeblich zum milden Geschmack bei, den die Italiener mit „dolce“ umschreiben. Das Klima in der Region um Parma ist stabil und die Durchschnittstemperatur optimal für eine lange Zeit des Reifens. Für die richtigen Bedingungen sorgen die Hersteller mit speziellen Reifehallen, in de-

Zutaten für 4 Personen

- 1 kg Spargel
- 1,5 l Wasser
- 2 TL Salz
- 1 TL Zucker
- 100 g Mehl
- 100 g Butter
- 6 EL Sahne
- Salz
- weißer Pfeffer
- Muskat
- 100 g Parmaschinken

nen der Schinken in Ruhe trocknen kann. Das Besondere an den Reifehallen sind die Fenster, die je nach Wetterlage (Temperatur, Luftfeuchtigkeit, Jahreszeit) geöffnet oder geschlossen werden, um die Luft, die vom Apennin her weht, dort zirkulieren zu lassen. 9 bis 12 kg sind die Keulen schwer, wenn sie an den großen Holzgerüsten in den Reifehallen aufgehängt werden. Hier reifen sie mindestens zwölf Monate lang, und das immer am Knochen.

Viel Eiweiß, wenig Cholesterin und keine Zusatzstoffe: Parmaschinken ist ein wahres Power-Paket und mit seinem hohen Anteil an Vitaminen der A- und B-Gruppe sowie wertvollen Mineralien, wie zum Beispiel Eisen, für Kinder, Senioren und Sportler gleichermaßen geeignet. Zudem enthält Parmaschinken wertvolle Oleinsäure und einen hohen Anteil an freien Aminosäuren.

Zubereitung

■ Spargel waschen, schälen und holzige Enden abschneiden. Wasser mit Salz und Zucker aufkochen, Spargelschalen hinzufügen und circa 30 Minuten kochen. Vom Herd nehmen und Spargelschalen durch Abseihen des Suds entfernen.

■ Sud aufkochen, Spargel hinzufügen und je nach Dicke etwa 20 Minuten kochen. Spargel aus dem Wasser nehmen und in 3 cm lange Stücke schneiden.

■ Butter zerlassen, Mehl unter Rühren darin hellgelb anschwitzen, eine Schöpfkelle Spargelsud zugießen und mit dem Schneebesen gut umrühren. Nach und nach den restlichen Spargelsud zugießen und circa 15 Minuten köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Temperatur des Herds reduzieren.

■ Eigelb mit der Sahne verrühren und unter ständigem Rühren langsam in die nicht mehr kochende Suppe geben. Spargelstücke hinzufügen und Suppe nochmals abschmecken.

■ Parmaschinken in Streifen schneiden, in die Suppe geben, sofort servieren. www.prosciuttodiparma.com

Info

Dieses und andere leckere Rezepte für den Fleischerimbiss finden Sie auch auf unserer Homepage www.fleischerei.de.



Ein leckerer Klassiker, immer wieder gern gegessen: Der würzig-süße Parmaschinken verleiht der Spargelsuppe ein besonderes Aroma.