



evőkanál finomliszt, 1,5 dl főzőtejszín

Hozzávalók

a húsgombóchoz:

40 dkg kétszer darált sertéshús, só, fél mokkáskanál őrölt fehér bors, 1 tojás, 3 evőkanál zsemlemorzsza

a főzéshez:

5 dl húsleves (leveskockából is készülhet)

a spárgaraguhoz:

80 dkg spárga (még különlegesebb, ha fele zöld, fele fehér spárga), diónyi vaj, 1 narancs héja, késhegynyi reszelt szerecsendió, só, őrölt fehér bors, csipetnyi cukor, 1 nagy csokor petrezselyem, 1

1. Először a húsgombócot készítjük el. A finomra darált húst kb. 1 csapott kiskanál sóval, meg fél mokkáskanál őrölt borssal ízesítjük, a tojással és a zsemlemorzsával alaposan összedolgozzuk. Vizes kézzel apró gombócokat formálunk belőle. (A húsgolyók közepébe 1-1 kis kocka sajt is kerülhet.)
2. Ha van maradék húslevesünk, akkor abban, ha nincs, 5 deci vízben feloldott leveskockából készült lében lefedve 5 percig főzzük.
3. Közben a spárgákat megmossuk, konyharuhán megszikkasztjuk, majd gondosan megtisztítjuk: szálanként a tenyerünkbe fektetjük, – ha van – speciális hámozóval vagy burgonyatisztítóval a fejtől lefelé haladva vékony külső héját lehántjuk. 2-3 centis ferde darabokra vágjuk.
4. A húslevesben fővő gombócokhoz adjuk, a vajat belemorzsoljuk, a jól megmosott narancs héját egészben beledobjuk, a reszelt szerecsendióval fűszerezzük, a sóval, a borssal és a cukorral ízesítjük. Ismét lefedjük, és addig főzzük, amíg a spárga meg nem puhul. Ez 8-10 perc. Ekkor a narancshéjat kivesszük belőle, és az ételt apróra vágott petrezselyemmel megszórjuk.
5. A lisztet a tejszínnel simára keverjük, a ragu levéből egy merőkanálnyit hozzáadunk. Jól elkeverjük, a húsgombócos spárgához öntjük és 2-3 percig forraljuk, ezalatt kellően besűrűsödik. Ha kell, utanasózzuk, borsozzuk.

Jó tanács

– Sertéshús helyett borjúhúsból vagy pulykafelsőcomb-filéből is készíthetjük.

4 főre

Húsgombócos spárgaragu

Elkészítési idő: 50 perc

Egy adag: 463 kcal

Italajánlat:

száraz fehérbor, például Bátaszéki sauvignon blanc