



Spargel ist eine Pflanze mit Tradition

Kult und Kultur stand dem Spargel seit eh und je sehr nahe. So haben schon im Altertum Gelehrte, Schriftsteller und Künstler den Wert des Spargels erkannt und sich mit dem Thema Spargel auseinandergesetzt.

Der berühmteste Arzt des Altertums Hippokrates erwähnte als Erster bereits im Jahre 460 v. Chr. den Spargel als Heilpflanze und Allheilmittel.

Das königliche Gemüse schätzten auch die Römer. Der römische Konsul und erster Landwirtschafts-Schriftsteller Cato beschrieb ihn in seinem Buch und bezeichnete ihn als wohlschmeckend, dem Magen leicht bekömmlich und als *“eine Schmeichelei des Gaumens”*. Desgleichen Marcus Gavius Apicius der im ersten Kochbuch der Welt die allerersten Spargelrezepte verfasste. Da im römischen Reich zu Zeiten Kaiser Diokletians (243 - 313 n. Chr.) Spargel zu den teuersten Delikatessen zählte, wurde eine *“Spargelhöchstpreisverordnung”* erlassen

Spargel war auch Leibgericht der Kaiser Augustus und Tiberius sowie des Feldherrn Lucullus.

Wie Spargel auch in Deutschland bekannt wurde

Kulinarisch zu Ehren kam das legendenumwobene Gemüse erst Mitte des 16. Jahrhunderts durch den Arzt und Botaniker Hieronymus Bock, der vom Spargel als *“eine lieblich Speis für Leckermäuler wenn er in Wein gesotten - mit Butter und Essig zubereitet - schwärmte”*.

Populär wurde Spargel in Deutschland zunächst an den Fürstenhöfen und in Klöstern. Bis ins 18. Jahrhundert galt Spargel als Luxusgemüse.

Im 19. Jahrhundert begann mit zunehmendem Wohlstand eine Anbauausweitung bis zum heutigen Tag.

Mit einer Fülle von Vitaminen, Mineralstoffen sowie ätherischen Ölen bietet Spargel zudem die ideale Möglichkeit, in wohlschmeckender Form etwas für die Gesundheit zu tun.

Frischer Spargel ist prall, glänzt und bricht. Die Behandlung und Zubereitung des Spargels beeinflusst seine Güte. Spargelstangen sollten immer vom Kopf zur Schnittfläche geschält werden. Spargel stets in bereits kochendes, leicht gesalzenes Wasser einlegen. Eine Prise Zucker erhöht das Aroma. Die Garzeit beträgt ca. 15 Minuten. Für Stangenspargel, der zu Schinken gereicht wird, werden ca. 500 g pro Person gerechnet.