



## **Maispoulardenbrust auf roh gebratenem Spargel**

### **Roh gebratener Spargel**

Spargel schälen und in feine Scheiben schneiden.  
Etwas Butter erhitzen, Spargel zugeben und mit Zucker und Salz würzen, hell anbraten.  
Mit Zitronensaft abschmecken und mit frisch geschnittenem Schnittlauch bestreuen.

### **Maispoulardenbrust „Sous Vide“**

Maispoulardenbrust würzen mit Salz und Pfeffer, in Folie, anschließend in Aluminiumfolie eng einrollen.  
(Oder im Vakuumbbeutel verschweißen und darin garen)

Im Wasserbad bei 70°C auf 52°C Kerntemperatur garen (ca 12 min.), auspacken und in wenig Butter nachbraten.  
In dünne Tranchen schneiden und auf dem Spargel anrichten.