

INLEIDING

- 8 Asperges sinds de oudheid
- 9 Gevierd tafelgenoegen
- 10 Een geneeskrachtige plant
- 12 Doorbraak van de witte asperge
- 13 Plantkunde
- 14 De groene asperge
- 18 De witte asperge
- 22 Van producent tot consument
- 24 Tips voor de aankoop
- 25 Keukenpraktijk

SAUZEN

- 28 Kruidenmayonaise
- Hollandaisesaus
- Light hollandaise
- 29 Ei-bieslooksaus

SOEPEN

- 32 Aspergeconsommé
- 33 Koude aspergesoep
- 34 Groentebouillon met asperge-zalmballetjes
- 36 Roomsoep van witte asperges
- 37 Minestrone met twee soorten asperges

VOORGERECHTEN EN SALADES

- 40 Aspergesalade met avocadosaus
- 41 Aspergesalade op een bedje van waterkers
- 42 Bonte bladsla met gepaneerde asperges
- 43 Salade met couscous, asperges en groenten
- 44 Knapperige asperges
- 46 Avocado-aspergewaaijer met geitenkaas
- 48 Groene asperges met zeekraal en garnalen
- 50 Aspergetorentjes met rauwe ham
- 52 Salade van asperges en zalm
- 53 Aspergesalade met wilde kruiden
- 54 Broodbeleg van asperges met bernagie
- 56 Carpaccio van wortelen en asperges
- 57 Aspergesoufflé
- 58 Aspergesalade met sesamvinaigrette



VEGETARISCHE GERECHTEN

- 62 Paddenstoelen met mie in aspergesaus
- 64 Asperge- en paddenstoelenragout
- 66 Gegratineerde asperges
- 68 Asperges op Poolse wijze
Asperges op Italiaanse wijze
- 70 Asperge-groentetaart
- 72 Asperges in een jasje
- 73 Cappelletti met asperges en ricotta
- 74 Asperges met gorgonzola op toast
- 76 Aspergepiccata op lente-uitjes
- 78 Witte asperges met brandnetels in
slabladeren
- 80 Pappardelle met asperges en citroen-
mascarpone
- 82 Aspergerisotto met paddenstoelen
- 84 Asperges en peperkaas in bladerdeeg

GERECHTEN MET VLEES OF VIS

- 88 Asperges in een jasje van ham en rijst
- 89 Cordon bleu met asperges
- 90 Kipfilet met asperges en spinazie
- 92 Ragout van asperges en zalm
- 94 Forel op een bedje van asperges
- 96 Kipfilet met een vulling van asperges en
kruiden
- 98 Asperge-forelrolletjes met tuinkers
- 100 Involtini van kalkoen en asperges
- 102 Asperge-hamrolletjes
- 104 Visfilets op asperges met hazelnoten-
citroenpesto
- 105 Kalfslever met asperges en rucola

OPZOEKEN

- 106 Register

AFKORTINGEN

- el afgestreken eetlepel
- tl afgestreken theelepel
- ml milliliter
- msp mespuntje

De recepten zijn, tenzij anders vermeld, bedoeld voor 4 personen.





INLEIDING

ASPERGES SINDS DE OUDHEID



In het noorden van Europa is de groene asperge pas sinds enkele decennia populair. Door de herstructurering van de landbouw en de zoektocht naar alternatieve culturen, beleeft de groene asperge een renaissance. Zijn voorouders groeiden in het wild in Voor-Azië en zijn al sinds de klassieke oudheid bekend, misschien zelfs al vroeger. De Griekse arts Hippocrates (460-377 v.Chr.), grondlegger van de klassieke geneeskunde, beschreef de asperge voor het eerst als geneeskrachtige plant, die verlichting bracht bij 'dysenterie en lendenspit'.

De oude Grieken waardeerden de botanische en farmacologische voordelen van de asperge en noemden hem 'Aspáragos', synoniem voor 'jonge loot'. Het was een heilig kroongewas, dat was gewijd aan

de liefdesgodin Aphrodite. De groente heeft tot vandaag de dag zijn erotische, prikkelende reputatie behouden.

De levenslustige Romeinen waardeerden hun 'Asparagus' als 'gewas voor genot en liefdeskracht'. Marcus Portius Cato (234-149 v.Chr.), een schrijver gespecialiseerd in akkerbouw, gaf in zijn boek *De rustica* nauwkeurige aanwijzingen voor hoe de asperge moest worden geplant en noemde hem een 'vleierij voor het verhemelte'. De Romeinen aten asperges graag als voorgerecht, waarschijnlijk bij vis. Op de oudste afbeelding van een bos asperges, een wandschildering in Pompeï, staan in ieder geval ook vis en zeevruchten; de afbeelding werd tien jaar vóór Christus gemaakt.

GEVIERD TAFELGENOEGEN



Afbeelding links:
Aspergeschep van zilver
(rond 1900)

Afbeelding onder:
Vingertangen van zilver
(ca. 1910)

Beide gereedschappen komen uit de verzameling van het Europees Aspergemuseum in Schrobenhausen, Duitsland.

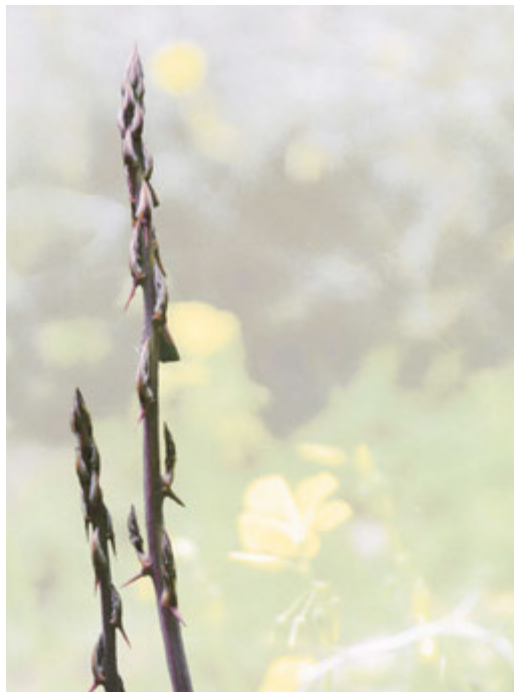
De asperge werd eerst verbouwd in parken en plantsoenen op landgoederen. In de 19de eeuw werden de burgers, dankzij de industrialisatie, welgesteld en daardoor kwam de asperge ook binnen hun bereik. De plattelandsbevolking verbouwde op kleine percelen diverse groenten, waaronder de groene asperge, die in de opbloeiende steden te koop werden aangeboden.

De faiencemanufactuur in Rouen (Frankrijk) vervaardigde serveerschalen met gaten, zodat het aspergekookvocht kon wegglopen. Daarna volgden aspergeschalen van geglazuurd aardewerk, porselein en zilver met lekgaatjes of inlegroosters. Op de aspergetafel behoorde prachtig servies en fraai versierde tangen. Omdat de legering van het bestek de smaak van de asperge negatief veranderde, mocht de asperge ook met de hand worden gegeten;

wie het zich kon veroorloven, gebruikte echter door kunstenaars vervaardigde vingertangen. In de staalboeken van Franse en Duitse zilverwerkfabrieken vindt men vingertangen die bewerkt zijn met prachtige versieringen.



EEN GENEESKRACHTIGE PLANT



De botanische toevoeging *officinalis* (medicinaal) zegt het al: de asperge is erkend als geneeskrachtige plant en dat al sinds de 15de eeuw. Johannes Gutenberg (1397-1467), uitvinder van de boekdrukkunst, heeft in zijn tijd bijgedragen aan de verspreiding van de plant. Dankzij de boekdrukkunst was het mogelijk om de uiterst nauwkeurige en met de hand gekleurde voorstellingen van planten in verschillende ontwikkelingsstadia onder de ontwikkelde bevolking te brengen.

De auteurs, voornamelijk artsen en apothekers, kenden de stoffen in de aspergeplant via de geschriften uit de klassieke oudheid. Ze maakten recepturen met de wortels, scheuten en zaden. De mengsels

WILDE ASPERGE OF BOSASPERGE

Hij voelt zich thuis in het vochtige kreupelhout in het oosten van Frankrijk en behoort botanisch tot de vogelmelkwassen (*Ornithogalum*). De wilde asperge wordt tegenwoordig behalve in Frankrijk ook in Italië verbouwd. Hij is zeldzaam en alleen in mei en juni verkrijgbaar in delicatessenwinkels of bij de groenteboer. Hij wordt net zo bereid als de groene asperge, maar heeft een lichtbitter aroma.

werden gekookt, gedroogd of verpulverd ingenomen, bijvoorbeeld bij milt- of leverklachten, nierstenen, reuma, jicht, geelzucht, dysenterie, aambeien of longziekten. Die geleerden hebben vooral de bloedreinigende en vochtafdrijvende werking van het sap van uitgeperste asperges benadrukt.

Het eerste gedrukte kruidenboek in het Latijn verscheen in 1484 bij Peter Schöffer in Mainz (Duitsland), die al een jaar later een boek in het Duits uitgaf. In 1491 liet Jacob Meydenbach een ander groot plantenboek drukken. In die drie boeken worden ook de werkzame stoffen van de asperge beschreven. In het 'Europees Aspergemuseum' in het Duitse Schrobenhausen, in Beieren, is de aspergeafbeelding van Schöffer te zien in een druk uit 1485, evenals een originele bladzijde van 1560 uit het kruidenboek van Hiëronymus Bock. Voor hem is de asperge 'een heerlijk gerecht voor de lekkerbek'.



DOORBRAAK VAN DE WITTE ASPERGE

Tot het einde van de 18de eeuw kende men uitsluitend de groene asperge, die 10 tot 20 centimeter boven de grond groeide. Onder invloed van licht krijgen de uitlopers een frisse, groene kleur. Het deel dat in de grond zit, is lichtgroen tot wit.

Hollandse boeren maakten in het midden van de 19de eeuw gebruik van die kennis: ze zetten kokers en stolpen van glas, hout of klei over de groeiende uitlopers en voorkwamen zo elke invloed van licht. De asperge bleef niet alleen wit, hij kreeg ook een ander aroma.

De witte asperge kreeg veel bijval van fijnproevers, wat leidde tot verfijnde cultuurmethodes en ook tot een selectie van de beste planten. Over het arbeidsintensieve beschermen van de afzonderlijke aspergeplanten werd al snel nagedacht. Met opge-

worpen gronddammetjes kon veel tijd worden bespaard voor hetzelfde resultaat.

In 1868 beplantten innovatieve Fransen in Argenteuil bij Parijs ongeveer 500 hectare onbebouwde zandgrond met witte asperges. Zij ontdekten als eersten dat de wortelstok extreem veel plaats nodig heeft en dat een relatief grote afstand tussen de planten de kwaliteit van de asperge duidelijk beïnvloedt. Frankrijk was vele jaren het beste adres voor topproducten. Intussen hebben de Fransen, helaas, een ernstig probleem met bodemvermoedheid. De totale opbrengst van asperges gaat al twintig jaar sterk achteruit. Nieuwe geschikte teeltgronden zijn zeldzaam, hoewel men zelfs al is begonnen met het rooien van wijnstokken ten behoeve van de aspergecultuur.