

Pressemitteilung

OÖ Spargel: Der „König des Gemüses“ hat wieder Saison

Kühler, aber pünktlicher Start des feinen Edelgemüses

So rasch kann sich das Blatt in der freien Natur wenden: Anfang März litt die Landwirtschaft unter Trockenheit und man berichtete bereits über negative Auswirkungen. Bis heute, 10. April, haben wir landesweit in Oberösterreich zumindest circa 100 Liter pro Quadratmeter Wasser bekommen und man kann davon sprechen, dass sich die Natur wieder „eingependelt“ hat. Dieser Regen hat auch den bisher unter optimalen Bedingungen gesäten und gepflanzten Gemüsekulturen sehr gut getan und somit kann die oberösterreichische Spargelsaison unter normalen Witterungsbedingungen pünktlich eröffnet werden.

„Was der Spargel in den nächsten zehn Wochen braucht sind ausbleibende Spätfröste, Sonne für warme Bodentemperaturen über zehn Grad Celsius und eine sanfte, gleichmäßige Regenverteilung zwischendurch“, betonen Franz Waldenberger, Präsident der Landwirtschaftskammer OÖ und Agrar-Landesrätin Michaela Langer-Weninger beim heutigen Spargel-Saisonauftritt in Oftring.

Mit dem Beginn der Spargelsaison wird in Oberösterreich der erste kulinarische Höhepunkt in vielen Küchen und Restaurants eingeläutet. Das feine Stangengemüse ist aus heimischer Produktion unter günstigen Witterungsbedingungen bis Mitte Juni erhältlich. Vom Hobbykoch bis zum Haubenkoch tüfteln, erfinden und wetteifern Spargelliebhaber wieder mit Spezialitäten aus dieser Gemüse-Köstlichkeit, die von den 22 oberösterreichischen Spargelbauern mit viel Know-how und Einsatz für die Konsumentinnen und Konsumenten kultiviert wird.

Die Saison 2025 im stabilen Erntefenster

Ernten vor dem 20. April erfordern in unseren Breiten, so wie heuer gut ersichtlich, bei Weißspargel den Einsatz von schwarz-weißen Verfrühungsfolien, welche die Spargeldämme erwärmen bzw. bei Grünspargel den Einsatz von Minitunneln, durch welche eine frühere Ernte ermöglicht wird und leichte Spätfröste hintangehalten werden können.

„Diese Folien und Tunnel sind allerdings sehr arbeitsintensiv, erfordern eine ausreichende Verfügbarkeit von Arbeitskräften und sind kostenaufwändig. Der Vorteil der Folien und Tunnels: Der Spargel wächst gleichmäßiger und das ermöglicht eine gewisse Planungssicherheit, welche gerade zu Saisonbeginn für die Entgegennahme und verlässliche Bedienung von Vorbestellungen entscheidend ist“, erläutert Waldenberger.

Der „Johanni-Tag“ am 24. Juni markiert traditionell für die österreichischen Spargelbetriebe den Saisonabschluss, vielfach wird aber zur Schonung der „Spargelanlage“ schon um den 15. Juni das „Stechen“ (Weißspargel) und „Schneiden“ (Grünspargel) beendet.

Spargelanbau in Österreich

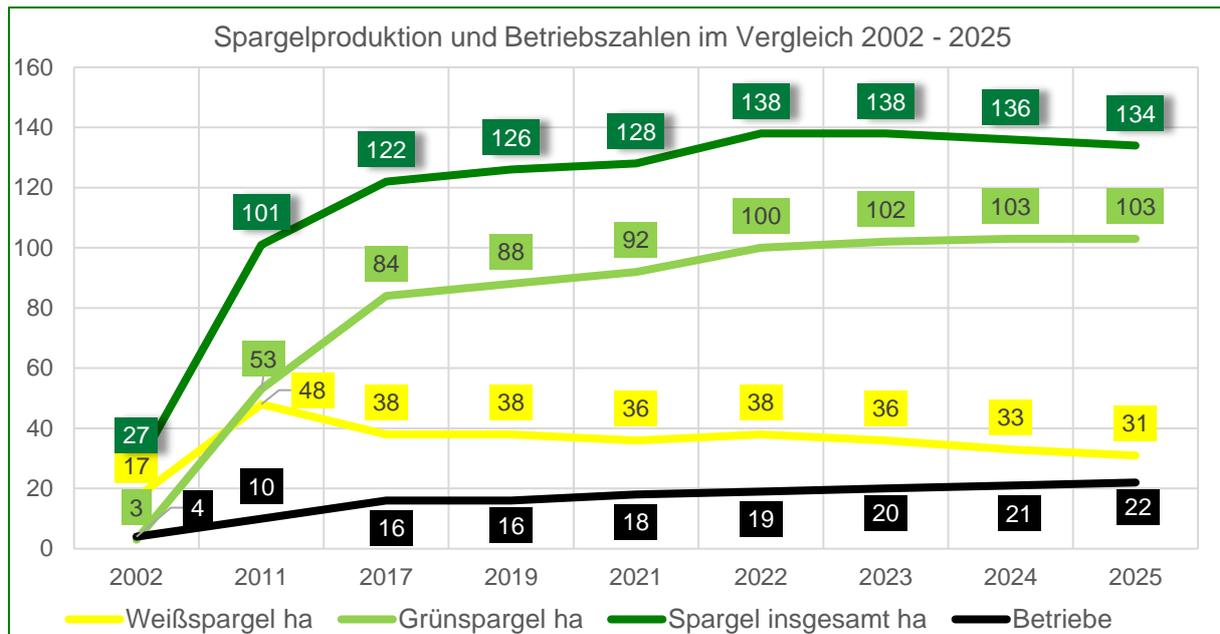
Nachfolgende Tabelle gibt einen Überblick über die österreichweite Flächen- und Mengenverteilung der Anbausaison 2024. Flächenveränderungen haben im Spargelanbau aufgrund der mehrjährigen durchschnittlichen Kulturdauer von circa acht Jahren weniger Auswirkung auf die gesamte Erntemenge als der jährlich schwankende Ernteertrag durch den vorwiegend bestimmenden Witterungsverlauf.

	Weißspargel	Grünspargel	Gesamt Hektar	Gesamt Tonnen
Niederösterreich	395	100	495 (65 %)	1.761 (64,7 %)
Oberösterreich	33	103	136 (18 %)	594 (21,8 %)
Kärnten	40	14	54 (7 %)	155 (6,4 %)
Steiermark	20	17	37 (5 %)	121 (4 %)
Burgenland	5	23	28 (4 %)	57 (2 %)
Tirol	3	5	8 (1 %)	22 (0,7 %)
Vorarlberg	2	2	4 (1 %)	13 (0,4 %)
Wien	0	0	0	0
Salzburg	0	0	0	0
Summe	498	264	762	2.723

Die gesamte Erntemenge bei Spargel in Österreich von 2.723 Tonnen teilte sich in 1.923 Tonnen (71 Prozent) Weißspargel und 800 Tonnen (29 Prozent) Grünspargel. Dies entspricht einem Produktionsrückgang zum „Fünfjahresmittel“ von 20 Prozent bei Weißspargel und zu einem Minus von sieben Prozent bei Grünspargel, was im Wesentlichen auf den Produktionsrückgang im niederösterreichischen Marchfeld wegen der zunehmend schlechteren Wettbewerbsfähigkeit im Lebensmitteleinzelhandel zurückzuführen ist.

Anbau und Ernterwartung – Flächen sinken auch in OÖ

Die Spargelproduktion stagniert in Österreich seit einigen Jahren auf einer Fläche zwischen 700 und 800 Hektar. Mit gut 65 Prozent ist Niederösterreich das führende Spargelbundesland. Den zweiten Platz belegt Oberösterreich mit einer prognostizierten Anbaufläche von 134 Hektar.



Damit kommt es heuer in der circa 40-jährigen Geschichte des Spargelanbaus in Oberösterreich nach 2024 zu einer weiteren geringfügigen Reduktion der Anbaufläche und diese Entwicklung geht einher mit der generellen Abnahme der Gemüseanbaufläche seit dem Spitzenjahr 2022.

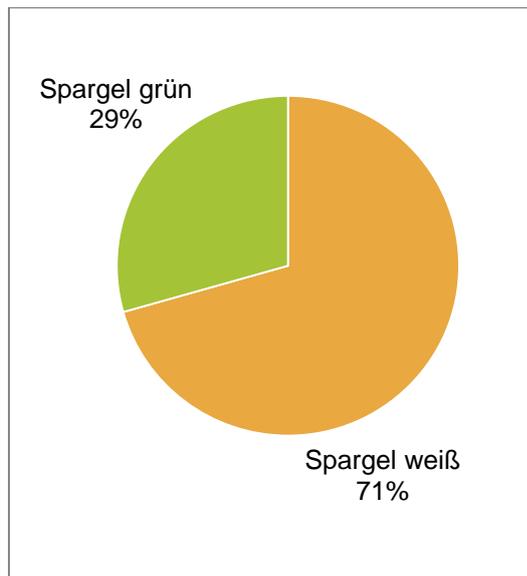
„Auch in der Saison 2024 konnte ein spürbarer Anteil von circa zehn Prozent der produzierten Ware nicht kostendeckend abgesetzt werden. Gleichzeitig wurde wieder mehr ‚Billig-Spargel‘ aus anderen EU- bzw. Drittländern importiert. Dies hat zunehmend Auswirkungen auf die Bereitschaft heimischer bäuerlicher Betriebe, Spargel zu kultivieren“, betont Waldenberger.

Anbauentwicklung geht weiter hin zu Grün- und Biospargel

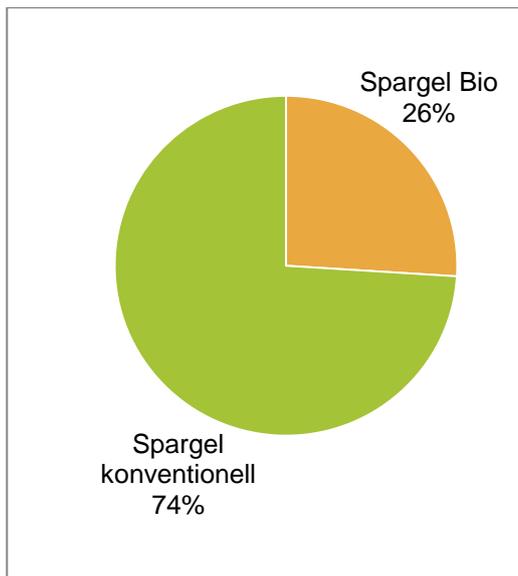
Während zum Beispiel in Niederösterreich circa drei Viertel der Gesamtmenge als Weißspargel produziert wird, ist es in OÖ fast genau umgekehrt. Hier nahm die Produktion von Grünspargel in den letzten Jahren deutlich zu und es werden 71 Prozent (circa 103 Hektar) Grünspargel und nur 29 Prozent (circa 31 Hektar) Weißspargel produziert. Außerdem gibt es eine weitere leichte Verschiebung hin zu biologisch produziertem Spargel, welcher bereits circa 28 Hektar oder fast 21 Prozent der gesamten OÖ Anbaufläche ausmacht. Die Anzahl der Spargelbetriebe in OÖ ist um einen weiteren Betrieb, um jenen von Benedikt Leibetseder, bei dem wir heute zu Gast sind, auf insgesamt 22 angewachsen.

Die Ernteerwartung liegt für die heurige Saison in OÖ bei ca. 220 Tonnen weißem Spargel und 340 Tonnen grünem Spargel. Der tatsächlich erzielbare Ertrag ist aber wesentlich von der Tages- und Nachttemperatur und der Sonnenscheindauer abhängig.

Grüner vs. weißer Spargel 2024 in Ö:



Wertmäßiger Bio-Anteil 2024 in Ö:



Tabellen: Quelle Statistik Austria

Vermarktungswege des OÖ Spargels

Im Gegensatz zum niederösterreichischen Spargel, der zu ca. 50 Prozent über die Lebensmittelketten vermarktet wird, finden in Oberösterreich über 90 Prozent der Spargelstangen den direkten Weg zu den Konsumentinnen und Konsumenten. „Die größte Bedeutung hat dabei die Direktbelieferung an die Gastronomie sowie an Großküchen. Auch die Ab-Hof-Vermarktung spielt für die OÖ Produzenten eine bedeutende Rolle“, erläutert Waldenberger.

Die Qualitätssicherung erfolgt bei allen Betrieben entweder über die AMA-Gütesiegel-Produktion (AMA G.A.P.), eine Bio-Zertifizierung wie zum Beispiel das „EU-Bio-Logo“ oder „Gutes vom Bauernhof“ und die zusätzlichen Herkunfts- und Qualitätsprogramme von „Genussland OÖ“ sowie „AMA-Genussregion“. Beworben wird der Spargel auf der Homepage www.gemueselust.at

Woher kommt der Spargel in den Supermarktregalen?

Der Österreichische Branchenverband für Obst und Gemüse (ÖBOG) hat die Herkunft des Spargels in den heimischen Supermarkt-Regalen in einem Store-Check mitten in der Spargelsaison 2024 untersucht. Die Ergebnisse zeigen, dass mittlerweile mehr als die Hälfte des Angebots im Lebensmitteleinzelhandel aus dem Ausland stammt.

Konkret betrug der Inlandsverbrauch laut Statistik Austria im Jahr 2023 5.488 Tonnen wovon 3.068 Tonnen oder 53 Prozent aus dem Ausland importiert wurden. Dies bedeutet einen Selbstversorgungsgrad von lediglich 47 Prozent, womit gegenüber dem Selbstversorgungsgrad aus dem Jahr 2020 in Summe acht Prozentpunkte eingebüßt wurden.

Konkrete Zahlen für das Jahr 2024 werden von der Statistik Austria erst Ende April 2025 veröffentlicht.

Auch beim Store Check 2024 im Wiener Lebensmittelhandel stammten lediglich 26 Produkte von 53 Angeboten aus Österreich. Die importierten Lieferungen kamen großteils aus Spanien, gefolgt von Italien und Griechenland. Auch aus Ungarn, Deutschland, Peru, der Slowakei und aus Thailand wurden Produkte angeboten. Der Anteil von Weißspargel betrug 57 Prozent, jener von Grünspargel 43 Prozent.



„Gemeinsam mit dem ÖBOG sowie dem Agrarressort des Landes OÖ nehmen wir dieses Ergebnis zum Anlass, um auf die hohen heimischen Produktionsstandards aufmerksam zu machen. Unsere Betriebe brauchen faire Wettbewerbsbedingungen – insbesondere bei den Lohnnebenkosten. Zudem fordern wir eine strengere Einhaltung fairer Handelspraktiken“, so Präsident Waldenberger. Auch 2025 wird der ÖBOG erneut einen Store Check beim Spargel durchführen, und der Verband der Gemüse-, Erdäpfel- und Obstbauern OÖ wird sich aktiv und finanziell daran beteiligen.

Spargel aus dem Ausland ist billiger

Klargemacht hat der Store-Check auch, dass ausländische Ware oftmals zu regelrechten Dumping-Preisen angeboten wird. Während konventioneller, heimischer Weißspargel im Untersuchungszeitraum im Schnitt zu 7,51 Euro je 500 Gramm angeboten wurde, kostete Auslandsspargel nur 5,10 Euro je 500 Gramm und war somit um 2,41 Euro billiger. Bei grünem Spargel waren die Preisunterschiede ähnlich. Kostete konventionelle heimische Ware durchschnittlich 7,25 Euro je 500 Gramm, so waren es bei Auslandsspargel im Schnitt 4,76 Euro je 500 Gramm und somit 2,49 Euro weniger. Dieser Unterschied ist nur durch deutlich niedrigere Produktionskosten zu erklären. Die Agrarmarkt Austria hat im Zuge ihrer RollAMA-Marktanalyse (Rollierende AgrarMarktAnalyse) in den letzten vier Jahren zudem eine deutliche Verschiebung des Vermarktungsanteiles bei Spargel hin zu Diskontern um mehr als sechs Prozent festgestellt.

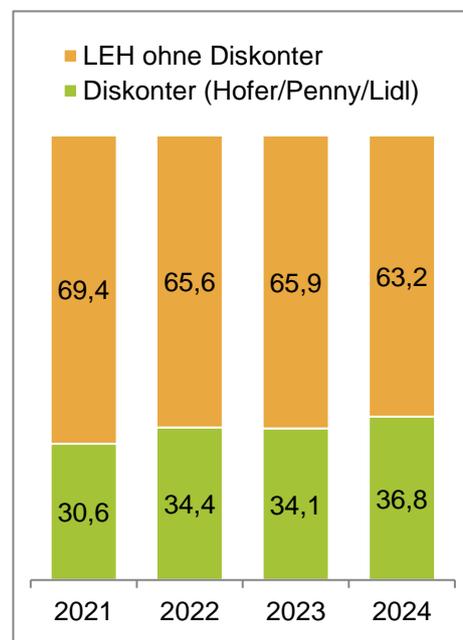


Tabelle: Marktanteil Diskonter
Wertmäßiger Anteil in Prozent
Quelle: RollAMA / AMA-Marketing

„Wenn heimischer Spargel neben Aktionsware aus dem Ausland liegt, ist für die Konsumentinnen und Konsumenten oft nicht erkennbar, wie und wo produziert wurde. Der Lebensmitteleinzelhandel versucht unter dem Motto ‚von günstig bis hin zur höchsten Bio-Qualität‘, das gesamte Preissegment abzudecken – dabei bleibt die Herkunft leider häufig auf der Strecke. Unrealistische Aktionsangebote mit importiertem Spargel sowie Billigpreise ohne Herkunftskennzeichnung sind nicht nur intransparent, sondern auch unfair gegenüber unseren heimischen Spargelbäuerinnen und Spargelbauern. Sie erschweren eine positive Betriebsentwicklung und untergraben langfristig den Wert regionaler Landwirtschaft.“, ist Agrar-Landesrätin Michaela Langer-Weninger überzeugt.



Wie viel kostet österreichischer Spargel heuer?

Die Preisgestaltung ist eine betriebsindividuelle Entscheidung, man ist sich jedoch in der Branche einig, heuer keine bzw. kaum Anpassungen beim Spargelpreis machen zu können, weil man ansonsten befürchtet, einen noch größeren mengenmäßigen Absatzeinbruch zu erleiden.

„Die Spargelbranche steht vor der Herausforderung, die Preise stabil zu halten, um keinen weiteren Absatzeinbruch zu riskieren. Daher wird sich das Preisband bei der Ab-Hof-Vermarktung zwischen 8 und 14 Euro pro Kilogramm bewegen – mit einem Aufpreis von zwei bis drei Euro für Bio-Ware. Mein Tipp an die Konsumentinnen und Konsumenten: Geduld zeigen und zur Haupterntezeit Spargel einkaufen. Zu diesem Zeitpunkt hat sich der Preis auf einem stabilen Niveau eingependelt. Und ganz wichtig: Spargel frisch genießen oder gleich für später einfrieren. Das schont das Budget und verhindert unnötige Lebensmittelverschwendung“, so Langer-Weninger.

Hohe Lohnnebenkosten sind Preistreiber und fördern den Import

Für die Saison 2025 wurde mit 1. Jänner in OÖ der Kollektivvertragslohn für Saisonarbeiter mit einer Beschäftigungsdauer bis zu neun Monaten von 1.726 Euro auf 1.800 Euro brutto

angehoben. Die Lohn- und Lohnnebenkosten für Saisonarbeiter zählen in Österreich im EU-Vergleich und im Vergleich zu Drittländern zu den höchsten weltweit und bedeuten damit einen hohen Wettbewerbsnachteil. So produzieren die EU-Herkunftsländer Griechenland, Ungarn, Polen, Slowakei und Slowenien zu circa 35 Prozent und Spanien und Italien zu circa 70 Prozent der österreichischen Lohn- und Lohnnebenkosten. Erste „positive“ Effekte zeigt mittlerweile die Mindestlohneinführung in Deutschland vor einigen Jahren. Mittlerweile liegt dieser Mindestlohn bei 12,82 Euro pro Arbeitsstunde. Der Angebotsdruck und die tatsächlichen Importmengen aus Deutschland gingen gegenüber dem Jahr 2022 um mehr als die Hälfte zurück.

Obwohl der Spargelkonsum in Österreich weiterhin im Trend liegt und der Gesamtverbrauch in Österreich, der derzeit bei 0,6 Kilogramm pro Kopf und Jahr liegt, leicht steigt, geht die Anbaufläche in Österreich seit dem Jahr 2023 zurück. (Marktanteils-)Gewinner im heimischen Handel sind also die Spargellieferanten aus dem Ausland mit wesentlich niedrigeren Lohnkosten. In Deutschland wird nur rund 15 Prozent des verbrauchten Spargels importiert.

„Hohe Lohnkosten und steigende Importanteile bremsen langfristig die Betriebsentwicklung und damit die Leistungsfähigkeit zur Belieferung größerer Absatzmärkte. Zudem ist es bei importierter Ware für die Konsumentinnen und Konsumenten schwierig, die Produktionsstandards nachzuvollziehen. Das ermöglicht Lohn- und Sozialdumping sowie umweltschädlichen Produktionsweisen durch die Hintertür“, ist Langer-Weninger überzeugt.

Woher kommen die Arbeitskräfte für die Spargelernte?

Auch dieses Jahr setzen die OÖ Spargelbaubetriebe auf ihre bewährten Saisonkräfte. Diese kommen hauptsächlich aus der Ukraine, dem Kosovo, Rumänien und vereinzelt Polen bzw. der Slowakei. Durch den Krieg in der Ukraine stehen zwar kaum männliche Arbeitskräfte zur Verfügung, diese werden aber mit großem Einsatz von ukrainischen Frauen vertreten. Insgesamt kommen zur Gemüse-Ernte zunehmend Saisonarbeitskräfte aus Asien (Vietnam Philippinen und Kambodscha) zum Einsatz.

Der Spargel- und Gemüsebau in Oberösterreich braucht einfache und pragmatische Lösungen für den Zugang zum Arbeitsmarkt. In diesem Zusammenhang fordert der oberösterreichische Gemüsebau die Abschaffung der sogenannten „Ersatzkraftprüfung“, welche nach Beantragung durch den Landwirt und vor Ausstellung einer Beschäftigungsbewilligung derzeit vorge-



*Bildtext: Erntefrischer Spargel ist eine Delikatesse.
Bildnachweis: Landwirtschaftskammer OÖ, Abdruck
honorarfrei*

geschrieben ist. Das zuständige AMS ist angehalten, zwei Wochen lang vorgemerkte Leistungsbezieher (Arbeitslose, Asylwerber, ...) auf diesen Arbeitsplatz zu vermitteln. Dies entspricht einerseits einer bürokratischen Hürde ohne Aussicht auf Erfolg und bedeutet vor allem einen enormen Zeitverlust auf dem Antragsweg für frühe Erntekulturen wie zum Beispiel den Spargel.



Bildtext: 71 Prozent des in Oberösterreich kultivierten Spargels ist Grünspargel. 21 Prozent des Spargels wird in Oberösterreich in Bio-Qualität produziert.

Bildnachweis: Landwirtschaftskammer OÖ, Abdruck honorarfrei

Stellvertretend für die OÖ Spargelbauern stellen wir heute den Betrieb von Benedikt Leibetseder vor, welcher unter der Marke „Bauer Bene“ produziert:

Benedikt Leibetseder, Biobauer, Quereinsteiger und seit 2017 Spargelbauer.

Von 2017 bis 2024 führte Benedikt Leibetseder den Spargelhof Stöttinger in Leonding. Seit dem Jahr 2025 produziert er Bio-Spargel unter der Marke Bauer Bene in enger Kooperation mit Nachbars Garten Biogemüse am Hof der Familie Wurm in Oftring/OÖ.

2025 wird auf ca. drei Hektar Grün- und Weißspargel angebaut und geerntet, davon ca. 80 Prozent Grünspargel. Vermarktet wird ab Hof im Nachbars Garten Bio Hofladen sowie an Wirte, auf Wochenmärkten und bei diversen regionalen Handelspartnern.

Da der Betrieb 2025 neu startet, steht noch einiges bezüglich Ausrichtung von Absatz und Vertrieb offen.

Durch die Kooperation mit Clemens und Mag. Theresa Wurm, die ihr Bio-Gemüse und Bio-Obst unter dem Namen „Nachbars Garten Biogemüse“ vermarkten, ergeben sich mehrere Synergien: bessere Ausnutzung von Infrastruktur und Maschinen, gemeinsame Vermarktung von Spargel und Erdbeeren sowie Frühlingsgemüse und Salaten, Wissensaustausch und gemeinsame Absatzwege. Der Fokus liegt dabei ganz stark auf der nachhaltigen und zukunftsorientierten Produktion von Bio-Gemüse und Bio-Obst. Ein Vorteil, der sich daraus für Ab-Hof-Kunden ergibt, ist ein breit gefächertes Angebot, das sie an einem Ort erhalten.

Kurzbeschreibung Nachbars Garten Biogemüse:

Die Familie Wurm bewirtschaftet schon seit Generationen ihre Felder in Oftring, seit 2001 biologisch. Insgesamt werden derzeit 100 Hektar biologisch bewirtschaftet, auf ca. 35 Hektar wächst hochwertiges Bio-Gemüse und Bio-Obst. Das Sortiment erstreckt sich von Kohlgemüse bis Fruchtgemüse, von ausgefallenen Obstsorten wie Physalis bis zu saisonalen Stars wie Erdbeeren und Melonen.

Nachhaltigkeit sieht man auch in der weiteren Nutzung des Hofes in der Oberbacher Straße 13 in Oftring. Platz finden hier auch ein kleiner Restaurantbetrieb (Nachbars Küche), eine Montessori Schule, ein Ergotherapeut und ein Grafik-Büro.



Bauer BeneBenedikt Leibetseder
Biospargel
Oberbucher Straße 13, 4064 Oftring
Website: www.bauerbene.at
E-Mail: office@bauerbene.at

Nachbars Garten Bio Hofaden
Clemens und Mag. Theresa Wurm
Oberbucher Straße 13, 4064 Oftring
Website: www.nachbarsgarten.at
E-Mail: office@nachbarsgarten.at
Tel.: 07221/63906

Öffnungszeiten Bio Hofladen während der Spargelsaison:

MO-FR 9:00 – 15:00 Uhr

SA 9:00 – 13:00 UHR

Außerhalb der Öffnungszeiten:

Spargelautomat zur Selbstbedienung (Oberbucher Straße 13, 4064 Oftring)

Weitere Informationen zu Anbau, Ernte, Verarbeitung und Zubereitung von Spargel:

Klimafreundlicher Spargel aus OÖ versus „Plastikverzicht“

Anstatt auf geheizte Ackerflächen (Abwärme von Industriebetrieben), wie vielfach in Deutschland ab Anfang März praktiziert, setzen heimische Spargelbauern oft auf Verfrühungen mit speziell entwickelten Spargelfolien. Zu Beginn des Frühjahrs werden die Spargeldämme mit der Spargeldammfräse geformt und mit der Folie abgedeckt. Diese kann bis zu zehn Jahre wiederverwendet werden und wird anschließend gesammelt und recycelt. Durch die Folien werden Schädlinge und Unkraut unterdrückt, weshalb chemische Maßnahmen vermieden werden können. Die Bodenfruchtbarkeit der Felder steigt, da die Winderosion reduziert wird. Auch leichte Spätfrostschäden können durch die Folien verhindert werden.

Ein Weglassen dieser Schutzfolien birgt also die große Gefahr von Mindererträgen, schlechterer Qualität und bedeutet vor allem einen späteren Saisonstart, wodurch ausländische Ware sehr leicht weitere wertvolle Marktanteile erobern kann.

Spargelanbau

Der Boden sollte bei Weißspargel eher leicht, also sandig sein. Dann erwärmt er sich besser, lässt den im Boden liegenden Wurzeln ausreichend Luft und die Spargelstangen verformen sich nicht so leicht. Grünspargel gedeiht auch auf lehmigeren Böden.

Die Pflanzung der Spargeljungpflanzen erfolgt mit Spezialmaschinen. Je nach Wuchsstärke der Sorte pflanzt man circa drei bis vier Stück pro Laufmeter. Das Jahr der Pflanzung ist das erste Standjahr der Spargelanlage. Im Sommer wird der Spargel von Unkraut befreit und gedüngt, vor dem Winter wird das Spargellaub abgehäckselt und entfernt.

Ernte

Überall dort, wo weiße Spargelköpfe durch die Dammoberfläche stoßen, legen die Saisonarbeiter die Spargelstange mit der Hand frei und stechen sie mit einem speziellen Spargelmesser auf eine Länge von circa 23 bis 25 Zentimetern ab. Der Spargel wird in Körben gesammelt, das Erdloch geschlossen und der Damm mit einer Spatel wieder geglättet. Bei wüchsigem „Spargelwetter“ (Nachttemperaturen über 10 Grad Celsius) kann eventuell schon am nächsten Tag ein weiterer Erntegang erfolgen.

Deutlich unkomplizierter ist die Grünspargelernte: Sobald die Sprossen etwa 20 bis 25 Zentimeter lang sind, werden sie direkt über dem Boden mit einem Messer abgeschnitten.

Rasche Kühlung

Spargel ist ein sehr empfindliches Gemüse, das innerhalb von maximal zwei Stunden nach der Ernte auf etwa zwei Grad Celsius heruntergekühlt werden muss, da sich Bleichspargel sonst rosa färbt und die Stangen am unteren Ende eintrocknen können. Dazu werden die Erntekisten im Betrieb in kaltes Wasser getaucht oder mit kaltem Wasser befüllt, wobei sich die Erde von den Stangen löst. Nach erfolgter Vorkühlung werden die Spargelstangen gewaschen, nach Färbung, Dicke (Stangendurchmesser) und Qualität sortiert und auf eine einheitliche Länge geschnitten. In den meisten Betrieben laufen diese Arbeiten größtenteils

maschinell ab. Anders als Bleichspargel darf Grünspargel nicht gewaschen werden, um die Qualität nicht zu beeinträchtigen. Für die Gastronomie bieten viele Betriebe auch eine maschinelle Schälung an.

Perfekte Lagerung

Den Spargel nie offen liegen lassen, weil er sonst schnell an Feuchtigkeit verliert. Den weißen Spargel sollte man komplett in ein feuchtes Tuch einwickeln. Im Gegensatz dazu wünscht der grüne Spargel nicht so viel Feuchtigkeit und die Köpfe sollten aus dem Tuch herausragen. Beide bewahrt man am besten im Gemüsefach des Kühlschranks auf. Geschälten Spargel kann man in küchenfertiger Form und vorportioniert auch einfrieren und so nach Wunsch längerfristig aufbewahren

Klassische Zubereitung für weißen und grünen Spargel

Weißer Spargel unterhalb der Spitze beginnend abwärts schälen. Es dürfen keine Schalenreste am Spargel bleiben. Trockene Enden abschneiden. Sodann in kochendem Salzwasser mit etwas Zitronensaft, einem kleinen Stück Butter und einer Prise Zucker ca. 5 bis 10 Minuten garen (je nach Stangenstärke). Naturbelassen und unverfälscht ist dieses Gemüse am besten nur mit zerlassener Butter, mit heurigen Kartoffeln, Butterbröseln und gekochtem Schinken zu genießen.

Den grünen Spargel nur im unteren Drittel schälen, trockene Enden abschneiden und im kochenden Salzwasser mit einer Prise Zucker ca. 5 bis 10 Minuten garen (je nach Stangenstärke). Sicherheitshalber eine Garprobe machen. Der Spargel sollte bissfest sein. Wenn der Spargel für z.B. Salat verwendet wird, diesen nach dem Herausnehmen aus dem Sud mit kaltem Wasser abschrecken, damit er seine schöne Farbe behält.

Spargel – Inhaltsstoffe und gesundheitlicher Wert

Spargel ist arm an Fett und dadurch kalorienarm – es sei denn, er wird paniert. Er ist leicht verdaulich und sorgt für ein langanhaltendes Sättigungsgefühl. Seine wertgebenden Nährstoffe sind vor allem die Ballaststoffe und sekundären Pflanzenstoffe, die die Verdauung anregen und die Darmgesundheit fördern. Außerdem ist Spargel eine gute Quelle für Vitamin C, Vitamin E, Folsäure und Kalium. Da grüner Spargel oberirdisch wächst, kann er verstärkt sekundäre Pflanzenstoffe und Vitamin C bilden.

Bildtext: Die Arbeit auf dem Spargelfeld ist anstrengend und erfordert viel Fingerspitzengefühl.

*Bildnachweis: Landwirtschaftskammer OÖ,
Abdruck honorarfrei.*



Spargel – Rezeptvorschläge:

Spargelcremesuppe

4 Portionen

Zutaten:

750 g weißer Spargel - ungeschält
Salz
1 TL Zucker
50 g Butter
50 g Mehl
800 ml Spargelwasser
Pfeffer
Muskat
Schnittlauch
optional: 1 Spritzer Zitronensaft

Bildnachweis: ichkoche.at

Zubereitung:

- 1 Den Spargel waschen, schälen und die holzigen Enden entfernen. Die Spargel-schalen aufbewahren. Die Spargelstangen optional mit Küchengarn festbinden.
- 2 Wasser mit etwas Salz und Zucker in einem Topf zum Kochen bringen. Die Spargel-stangen und die Spargelschalen zugeben und 15 Minuten köcheln lassen, dann abgießen und das Spargelwasser auffangen. Die Spargelschalen entsorgen. Die Spargelstangen in kleine Stücke schneiden.
- 3 Butter im Topf erhitzen und schmelzen lassen. Dann das Mehl zügig mit einem Schneebesen einrühren. Ständig weiter rühren, bis eine goldgelbe Mehlschwitze entsteht.
- 4 Etwas Spargelwasser zugeben und unter ständigem Rühren aufkochen. Nach und nach das restliche Spargelwasser einrühren. Wenn die Suppe eine cremige Konsistenz hat, die Spargelstückchen unterheben und die Suppe pürieren.
- 5 Alles mit Salz, Pfeffer, Muskat und optional mit Zitronensaft abschmecken. Die Suppe mit Schnittlauch garnieren.



Tipp: Ein paar Spargelstückchen zum Garnieren beiseite stellen.

Spargel-Cordon-Bleu

4 Portionen

Zutaten:

8 Stangen weißer Spargel
1 TL Salz
80 g Mehl
2 Eier
100 g Semmelbrösel
4 Scheiben gekochter Schinken
4 Scheiben Gouda
Butter zum Anbraten

Bildnachweis: Gutekueche.at

Zubereitung:

- 1 Spargel schälen, holzige Enden abschneiden. Dann den Spargel in gesalzenes, kochendes Wasser geben und 10 Minuten kochen.
- 2 Mehl auf einen tiefen Teller geben, Eier auf einem weiteren Teller verquirlen und einen dritten Teller mit Semmelbröseln belegen.
- 3 Kochschinken mit je einer Scheibe Gouda und 2 Spargelstangen belegen. Alles zusammenrollen und mit einem Zahnstocher fixieren.



- 4 Spargelröllchen erst im Mehl, dann im Ei und danach in den Semmelbröseln wenden.
- 5 Reichlich Butter in einer Pfanne erhitzen und die Röllchen von allen Seiten bei mittlerer Hitze goldgelb anbraten.

Kontakt bei Rückfragen:

Ing. Stefan Hamedinger, Gemüsebaureferent der LK OÖ
T +43 664 4158175, stefan.hamedinger@lk-ooe.at

Kontakt Öffentlichkeitsarbeit:

Mag. Elisabeth Frei-Ollmann,
T +43 50 6902-1491, medien@lk-ooe.at