



Gittruper Str 43, 48157Münster  
Tel 0251/329820 · Fax 0251/326871  
Internet: [www.luetke-laxen.de](http://www.luetke-laxen.de)  
E-Mail: [spargelhof@luetke-laxen.de](mailto:spargelhof@luetke-laxen.de)  
Täglich von 8 – 20 Uhr geöffnet

## **Erdbeeren gesund und lecker!**

### **Erdbeer-Kaltschale mit Wein**

Zutaten: 500 g frische Erdbeeren, 250 g Puderzucker, 1l Wasser, 1/4 l Wein, Saft einer Zitrone

Erdbeeren waschen und entkelchen. Einige Erdbeeren als Einlage aufbewahren. Die restlichen Erdbeeren pürieren und mit Puderzucker verrühren. Wasser, Wein und den Zitronensaft zugeben, verrühren und kaltstellen. (anstatt Wasser und Wein kann man auch 1 l Milch und 1/8 l Sahne nehmen)

### **Erdbeer-Spargel-Salat**

Zutaten: 500 g weißer Spargel, 500 g Erdbeeren, 1 Becher Sauerrahm, 3 El Erdbeersaft, Saft einer halben Zitrone, Zucker

Spargel schälen, in Stücke schneiden und in Salzwasser zum Kochen bringen, Zucker und Butter hineingeben und die Spargelstücke darin 8-10 min bissfest garen. Abkühlen lassen. Erdbeeren waschen, entkelchen, vierteln. Sauerrahm, Erdbeersaft, Zitronensaft und Zucker zu einer Soße verrühren und zu dem Spargel und den Erdbeeren geben.

### **Erdbeer-Eiscreme**

Zutaten: 500 g Erdbeeren, 200 g Puderzucker, 1/2 l Sahne

Die gewaschenen und entkelchten Erdbeeren pürieren, Puderzucker dazugeben, Sahne steif schlagen, unterheben; gefrieren lassen.

### **Erdbeer-Sorbet**

Zutaten: 500 g Erdbeeren, 1-2 El Puderzucker, 1/4 l Sekt, 1/4 l Sahne

Die gewaschenen und entkelchten Erdbeeren pürieren, Puderzucker dazugeben und gut verrühren, Sekt dazugeben und mindestens 3 h gefrieren lassen; Mit einem Messer grob zerschlagen und kurz antauen lassen. Mit einem Pürierstab sämig rühren; Sahne steif schlagen und mit dem Sorbet servieren.

### **Erdbeer-Frischkäse-Torte**

Zutaten: Boden: 100 g weiche Butter, 200 g Zwieback (oder Löffelbiskuit), 50 g Zucker  
Belag: 1 P.Götterspeise Zitrone, 150 g Frischkäse, 125 g Zucker, 1 P. Vanillezucker, 2 El Zitronensaft, 400 g Sahne, 250 g Erdbeeren

Fett (am besten flüssig) mit Zwiebackbrösel und Zucker vermischen, in einer Springform verteilen und festdrücken.

Götterspeise mit 1/4 l Wasser verrühren, 10 min quellen lassen. Frischkäse, 75 g Zucker, Vanillezucker und Zitronensaft gut verrühren. 50 g Zucker zur Götterspeise geben und erhitzen, abkühlen lassen. Sahne steif schlagen, Frischkäse und Sahne unter die Götterspeise heben. Die gewaschenen und entkelchten Erdbeeren vierteln und unterheben; Auf den Boden füllen, Torte kalt stellen; Torte mit den restlichen Erdbeeren verzieren.