


Vegane Cashew-Soße mit Spargel

etwa 4 Portionen

 gelingt leicht bis 20 Min.**Spargel:**

1 1/2 kg Spargel
Salz
Zucker

Cashew-Soße:

300 g Cashewkerne
400 ml Gemüsefond
1 Be. Dr. Oetker Creme VEGA (150 g)
etwa 8 TL Limettensaft
gemahlener Kurkuma
frisch geriebene Muskatnuss
Salz
frisch gemahlener weißer Pfeffer
Zucker

1 Spargel:

Spargel schälen. Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Salz, Zucker (auf 1 l Wasser 1 1/2 TL Salz und 1/2 TL Zucker) und Spargel hineingeben und in 10-15 Min. gar kochen.

2 Cashew-Soße:

Cashewkerne sehr fein mahlen (z. B. mit einem Multizerkleinerer), dann in einer beschichteten Pfanne ohne Fett bräunen. Mit Gemüsefond in einen kleinen Topf geben und aufkochen. Creme VEGA einrühren. Die Soße mit Limettensaft, Kurkuma, Muskatnuss, Salz, Pfeffer und etwas Zucker kräftig abschmecken. Mit dem Spargel servieren.

Tipps aus der Versuchsküche

- Die Soße passt auch gut zu grünem Spargel.
- Je nach Konsistenz die Soße mit Mandelmilch verdünnen.