



SPARGEL SAISON

2023

Regionalität. Frische. Spitzenqualität.

Wir liefern was andere versprechen.

Spargel

DARUM CF GASTRO

Spargelsaison 2023

Das CF Lieferpartner-Netzwerk steht für Nachhaltigkeit und überzeugt mit einer Frische-Logistik, welche die Ware auf kürzestem Weg direkt vom Feld in die Küchen Deutschlands bringt.

Unser Fokus liegt dabei wie immer auf regionalem Anbau, denn die frischeste Ware kommt nun mal aus der Umgebung.

Zudem gilt unser Versprechen, die Warenverfügbarkeit für unsere Kunden vom ersten bis zum letzten Tag der umsatzstarken Spargelzeit zu sichern. Denn aufgrund unserer besonderen Logistik können wir während der gesamten Saison überall in Deutschland Spargel aus heimischem Anbau liefern – natürlich immer frisch und in bester Qualität. Dies verdanken wir auch unseren 15 regionalen Erzeugern im Netzwerk der CF Gastro, die dazu

beitragen, dass die Spargelsaison 2023 ein absoluter Hochgenuss für unsere Kundinnen und Kunden wird.

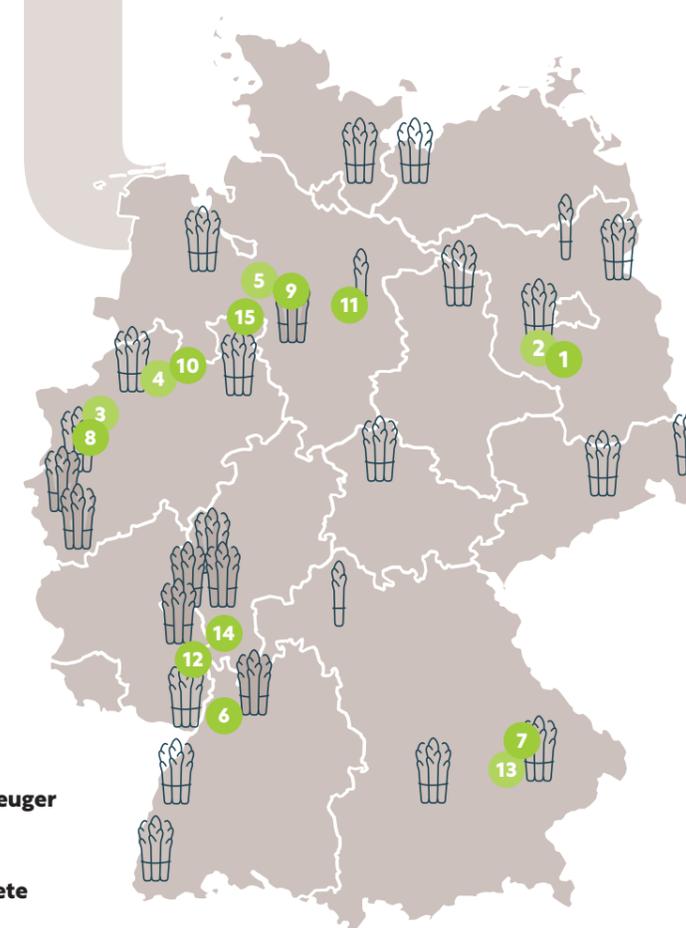
NATÜRLICH VON UNS

Nur die beste Qualität von zertifizierten Partnern und mit langjähriger Expertise: mit unseren CF Eigenmarken treffen Sie immer die richtige Wahl. „napuro“ steht seit 2008 für ausgezeichnete und kompromisslose Frische auf höchstem Niveau. Mit unseren napuro-Produkten ergänzen wir auf innovative Weise unser Sortiment und bieten Ihnen Genussware der Premiumklasse. Mit „cold'n'fresh“ bieten wir Ihnen zudem hochwertige Artikel zu Top-Konditionen.

Spargel ist das erste kulinarische Highlight des Jahres. Über das königliche Gemüse hinaus, bieten wir Ihnen natürlich auch alle Artikel rund um den Spargel an. Lassen Sie sich von uns zu saisonalen Feinkost-Artikeln, neuesten Molkerei-Produkten und arbeitserleichternden High-Convenience-Angeboten beraten. Sie werden begeistert sein!



DIE REGIONALEN SPARGELERZEUGER DER CF GASTRO



● Spargelerzeuger

🌿 Spargelanbauebiete

1 Märkische Höfe Beelitz GmbH
14947 Nuthe-Urstromthal
OT Hennickendorf
spargel.farm

2 Spargel- und Beerenfrüchte Beelitz Vertriebs GmbH
14797 Kloster Lehnin
verkauf-beelitzer-spargel.de

3 Gut Böckenhoff GmbH
46348 Raesfeld-Erle
gut-boeckenhoff.de

4 Hof Lütke-Laxen
48157 Münster
luetke-laxen.de

5 Hoyaland Spargel
27305 Bruchhausen-Vilsen
quer-feld-fein.de

6 Jörg Schreiber
68753 Waghäusel-Wiesental
spargelhof-schreiber.de

7 Spargel Gänger
94345 Aholfing
spargel-gaenger.de

8 Spargelhof Beckmann
46422 Kirchhellen
beckmanns-spargel.de

9 Spargelhof Bolte
31634 Lichtenhorst
carsten-bolte.de

10 Spargelhof Hüchtker
48336 Füchtorf
spargelhof-huechtker.de

11 Spargelhof Santelmann
29342 Wienhausen
spargelhof-santelmann.de

12 Spargelhof Simmet
55234 Ober-Flörsheim
spargelhof-simmet.de

13 Spargelhof Baumann
94333 Geiselhöring
spargel-baumann.de

14 Obst- und Gemüsezentrale Rhein-Main eG
64347 Griesheim
ogz.de

15 Kirchdorfer Spargel & Beerenfrüchte GmbH & Co. KG
27245 Kirchdorf
kirchdorfer-spargel.de

TIPPS & TRICKS RUND UM SPARGEL



FRISCHE-TEST BEIM EINKAUF

Je frischer der Spargel, desto besser schmeckt er. Aber wie erkennt man das? Optisch an den Spitzen: Bei frischem Spargel sind diese geschlossen. Auch feuchte Schnittstellen und leichtes Einritzen mit dem Fingernagel weisen auf die Frische hin. Reicht das noch nicht, hilft der Quietsch-Test: Quietschen die Stangen beim Aneinanderreiben, handelt es sich um frisches Gemüse.



SPARGEL RICHTIG LAGERN

Spargel verträgt keine lange Lagerzeit und sollte so schnell wie möglich zubereitet werden. Um etwa ein bis zwei Tage lässt sich die Frische verlängern, indem man die Stangen in ein feuchtes Tuch einwickelt. Wirkt der Spargel etwas welk, kann man ihn vor der Zubereitung noch zwei Stunden in kaltes Wasser legen. So wird er wieder knackig und lässt sich einfacher schälen.



SPARGEL EINFRIEREN

Wenn Sie die wohlschmeckenden Stangen auch nach Saisonende genießen möchten, können Sie Spargel problemlos einfrieren. Spargel braucht vor dem Einfrieren nicht blanchiert oder gekocht werden. Wird Spargel vor dem Einfrieren erhitzt, schmeckt er weniger aromatisch und bissfest. Zudem gehen beim Blanchieren wichtige Vitamine verloren. Spargel waschen, schälen, eventuell in kurze Stücke schneiden und einfach in einem geeigneten Beutel oder Gefäß einfrieren. Eingefrorener Spargel hält sich bei -18 Grad etwa 6-8 Monate.



AUF DIE RICHTIGE KOCHMETHODE KOMMT ES AN

Den Spargel nicht ins kochende Wasser legen – sonst werden die Stangen matschig und verlieren ihre Nährstoffe. Am besten in einen leeren Topf geben und diesen mit so viel Wasser füllen, dass alles bedeckt ist. Danach die Stangen wieder herausnehmen, etwas Zucker, Salz, Zitronen und Butter ins Wasser geben und kurz aufkochen lassen. Die Zitronen verhindert, dass der Spargel sich beim Kochen grau färbt. Anschließend den Spargel wieder hineingeben und auf niedriger Stufe gar ziehen lassen. Die Kochzeit beträgt circa zwölf Minuten – variiert aber je nach Dicke der Stangen.

DEUTSCHER SPARGEL – GESCHÄLT

Art.-Nr.	Bezeichnung	Marke	Beschreibung
25.330.250	Spargel geschält, weiß, Kaliber 16–26 mm, 4 kg	napuro	Frisch gestochener, junger, weißer bis leicht violetter geschälter Spargel, ganze Stangen, gerade, geschlossene Köpfe.
25.330.255	Spargel geschält, weiß-violett, Kaliber 16–28 mm, 4 kg,	cold´n´fresh	Frisch gestochener, junger, weißer bis violetter geschälter Spargel. Geschlossene bis leicht geöffnete Köpfe, gerade bis leicht gekrümmte Stangen.
25.330.257	Spargel geschält fein, weiß-violett, Kaliber 14–18 mm, 4 kg	cold´n´fresh	Frisch gestochener, junger, weißer bis violetter geschälter Spargel. Geschlossene bis leicht geöffnete Köpfe, gerade bis leicht gekrümmte dünne Stangen.
25.330.265	Spargel Spitzen weiß, ca. 11 cm, Kaliber 16–26 mm	napuro	Frisch gestochener, junger, weißer bis leicht violetter geschälter Spargel, geschlossene Köpfe.
25.335.000	Spargel Stücke geschält, weiß-violett, Länge ca. 30–80 mm, 4 kg	cold´n´fresh	Stücke vom frisch gestochenen, jungen, weiß bis violetten geschälten Spargel. Mischung aus Spargelstücke, mit geschlossenen und geöffneten Köpfen.

DEUTSCHER SPARGEL – ROHWARE

Art.-Nr.	Bezeichnung	Marke	Beschreibung
15.300.530	Deutscher Spargel weiß 16+, Kl. I, 5 kg Karton, Kaliber 16–26 mm, Länge 17–22 cm	regional	Frisch gestochener weißer Spargel. HKL 1, Kaliber 16 mm+. Gerade und unbeschädigte Stangen mit fest geschlossenen Köpfen.
15.282.510	Deutscher Spargel grün, Kl. I, 500 g Bund, Kaliber 12–20 mm	regional	Frisch gestochener junger grüner Spargel. HKL 1, Farbe hellgrün. Der grüne Spargel steht uns erst ab ca. KW 19 zur Verfügung und nur bis Anfang Juni.

UNSERE BESTEN SAISONBEGLEITER 2023

Art.-Nr.	Bezeichnung	Marke	Beschreibung
45.001.050	Kräuterbutter Rolle 4 x 250 g	Meggle	Mit vielen frischen Kräutern und einem intensiv-vollmundigen Geschmack gehört die Kräuterbutter zum Spargel dazu.
13.298.035	Kräuterbuttermix 40g Bund	regional	Fertiger Mix aus frischen Kräutern für ein Stück 250g Butter.
41.001.121	H-Sauce Hollandaise 1l Klassik	Frischli	Servierfertiger Klassiker mit Sahne und Butter. Abgeschmeckt mit feinen Gewürzen. Gefrier- und taustabil.
41.001.127	H-Sauce Hollandaise 1l	Lukull	Nr. 1 Sauce Hollandaise in der Profiküche. Sofort einsetzbar. Gerinnt nicht und ist kochstabil. Frischer, abgerundeter Geschmack – wie hausgemacht.
55.002.265	Sauce Hollandaise 1000 ml vegan	bedda	NEU – der Klassiker für Spargel in vegan!
27.910.200	Trüffel Mayo 850 g vegan	Optimah! Starline	NEU – es geht auch edel – Mayonnaise mit Trüffel.
27.290.950	Estragon Creme 850 g vegan	Optimah! Starline	NEU – Würzcreme. Cremefarbene Sauce, würzig-säuerlich, nach Kräutern schmeckend.



SPARGELSUPPE MIT SESAM UND GRANATAPFEL

ZUTATEN für 2 Portionen

- 250 g Spargel –
- 2 Schalotten (klein) –
- 1 l Gemüsebrühe –
- 1 TL Rapsöl –
- 1 TL Butter –
- 1 EL Mehl –
- 100 ml Sahne –
- 1 TL Zitronensaft –
- Salz, Pfeffer, Muskat –
- 2 EL Granatapfelkerne –
- 1 ½ TL Sesam –

ZUBEREITUNG

- 1 Den Spargel schälen, die holzigen Enden abschneiden und den Spargel grob zerkleinern. Die Spitzen beiseite legen. Die Schalotten schälen und hacken.
- 2 Öl und Butter in einer Pfanne schmelzen, dann die Schalotten glasig dünsten. Die Spargelstücke kurz anbraten. Mit Mehl bestäuben und verrühren. Sahne und Gemüsebrühe zugeben, gut vermischen und aufkochen lassen. Bei schwacher Hitze eine Weile köcheln lassen.
- 3 Öl in einer Pfanne erhitzen und die Spargelspitzen darin 3–4 Min. anbraten, salzen und pfeffern.
- 4 Die Suppe pürieren und mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Suppe auf Teller verteilen und mit Granatapfel und Sesam bestreuen. Die Spargelspitzen in die Suppe geben.

Rezepte

QUINOA-BOWL MIT GRÜNEM SPARGEL UND AVOCADO

ZUTATEN für 2 Portionen

- 2 EL Pflanzenöl –
- 200 g Quinoa –
- 500 ml Gemüsebrühe –
- 500 g grüner Spargel –
- 80 g Cocktailtomaten –
- 1 Avocado –
- 50 g Mandeln –
- Eine Hand voll frische Petersilie –
- Salz, Pfeffer, Zitrone –

ZUBEREITUNG

- 1 Den Spargel waschen und die holzigen Enden abschneiden. Von jedem Spargel das erste Drittel abschneiden und beiseite legen. Die Spargelenden in kleine Stücke schneiden und bereit stellen.
- 2 Petersilie waschen und klein hacken. Cocktailtomaten waschen und vierteln. Die Avocado halbieren, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Schale heben. Avocado-Fruchtfleisch längs aufschneiden, mit 1 EL Zitronensaft beträufeln und etwas salzen.
- 3 Quinoa waschen, mit der Gemüsebrühe in einen Topf geben, einmal aufkochen lassen und dann bei mittlerer Hitze fünf Min. köcheln lassen. Petersilie unterrühren. Dann den aufgeschnittenen Spargel hinzufügen. Dann 10 Min. weiter köcheln lassen. Bei Bedarf etwas Wasser oder Gemüsebrühe nachgießen. Die Flüssigkeit sollte nach Ende der Kochzeit vollständig aufgesogen sein.
- 4 Die Spargelspitzen parallel dazu rund 4–6 Min. von allen Seiten anbraten. Mit Meersalz, grobem Pfeffer und etwas Zitronensaft würzen.
- 5 Quinoa mit dem grünen Spargel auf zwei Teller aufteilen. Die gebratenen Spargelspitzen, Tomaten und Avocado dazu geben. Gehackte Mandeln hinzufügen.



AUS DER REGION FÜR DIE REGION

ÜBER
30

**REGIONALE
LIEFERPARTNER**



MEHR ALS

5.000

MITARBEITER



1.700

**MODERNE
KÜHLFAHRZEUGE**



CA.

35.000

STOPPS AM TAG

DAS FRISCHE-NETZWERK VON CF GASTRO

A+S Frucht GmbH & Co. KG
www.as-frucht.de

Abels Früchte Welt GmbH
www.abelsfruechtewelt.de

Andreas Kupfer & Sohn GmbH
www.kupfer-sohn.de

CF Gastro Service GmbH & Co. KG
www.cf-gastro.de

C. v. Schoonhoven & Sohn GmbH & Co. KG
www.schoonhoven-rheine.de

Denschilman + Wellein GmbH
www.de-we.de

**Dieter Fuhrmann Obst & Gemüse
Großhandels GmbH**
www.dieter-fuhrmann.de

Frisch Frucht Erfurt GmbH
www.frischfruchterfurt.de

Friweika eG
www.friweika.de

Frucht Hartmann GmbH
www.fruchthartmann.de

Fruchthof Northeim GmbH & Co. KG
www.fruchthof-northeim.de

Früchte Feldbrach GmbH
www.fruechte-feldbrach.de

**Grabmayr GmbH – Obst- und
Gemüsegroßhandel**
www.grabmayr.at

Grafetstetter GmbH
www.fruechteexpress.de

Grünzeug & Mehr GmbH
www.gruenzeugundmehr.at

Häusler Frischeservice GmbH
www.haesler-frischeservice.de

Henning Broscheit GmbH
www.broscheit.de

JHG GastroExpress
www.gastro-express.info

Josef Ochs GmbH

**Kai Brüning Obst- und
Gemüsegroßhandel GmbH**
www.bruening-nortorf.de

Köhra – Frische GmbH
www.koehra.de

Lindner GmbH
www.lindnerfood.de

Manss GmbH Frischeservice
www.manss.nrw

Marker oHG
www.unternehmen-frische.de

Matthies & Söhne Fruchtimport GmbH
www.msfrucht.de

Mönchguter Fruchtgroßhandel GmbH
www.moenchguter-frucht-grosshandel.de

Oliver Fruchthandels GmbH
www.oliver-fruchthandel.de

Peter Blessing GmbH
www.blessingmarkt.de

**Rothenburger Marktfrisch Verarbeitungs-
u. Handelsgesellschaft mbH**
www.marktfrisch-rothenburg.de

Sapros GmbH
www.sapros.de

Sapros Handels- und Vertriebs GmbH
www.sapros-ka.de

Schwabfrucht Gastro GmbH
www.schwabfrucht.de

Steinkrüger Frucht- & Frischehandel GmbH
www.steinkrueger.de

Töpfer GmbH
www.toepfer-salate.de

Weihe GmbH
www.weihe.de

Werder Frucht Gastro Service GmbH
www.werder-frucht.de