



Kerstin Oldendorf



Naturpädagogik, Köln & Bonn



Bornheimer Spargelkönigin 2023

Mein Name ist **Kerstin Oldendorf**. Ich glaube, ich bin das typische Beispiel für das Prinzip: „Einmal der Natur zu nahegekommen, für immer verwurzelt.“

Nach dem Abitur entschied ich mich für die Landwirtschaft – zunächst im Studium, später machte ich eine Ausbildung zur Gärtnerin im Gemüsebau. Insgesamt neun Jahre verbrachte ich in der konventionellen Landwirtschaft im Rheinland, zwischen Kohl, Erdbeeren und Rhabarber, bis ich zu einem Start-up wechselte und deutschlandweit Gemüsegärten pflanzte. Anschließend verbrachte ich einige Zeit in einem Waldwirtschaftsunternehmen und holte mir dort einen Einblick in ein völlig neues und sehr komplexes Themenfeld – den Wald.

Da mir der Umgang mit Menschen so viel Spaß macht, beschloss ich mich zur Natur- und Umweltpädagogin weiterzubilden.

Zudem bewirtschaftete ich einen Naturgarten mit reichlich Gemüse in Permakulturmanier.

Mein Lieblingsrezept: Spargelaufauf

(für 4 Personen)

- 500 g Bornheimer Spargel*
- 2 Paprikaschoten
- 200 g geriebener Emmentaler
- 3 Eier
- 1/2 TL Salz
- 1/2 TL Pfeffer
- 1 Msp. Paprikapulver
- 1/2 EL Butter



Den Spargel schälen und in Salzwasser weichkochen.

Derweil die Paprikaschoten vorbereiten und in Streifen schneiden.

Die Eier mit dem Salz, dem Pfeffer und dem Paprikapulver schaumig schlagen. Den geriebenen Emmentaler dazugeben und gut vermengen.

Den fertigen Spargel abtropfen lassen und in eine mit Butter bestrichene, feuerfeste Form geben. Anschließend die Paprikastreifen darüber verteilen mit der Eimasse gleichmäßig bedecken.

Das Gericht wird im vorgeheizten Ofen bei 220°C (Umluft 200°C) auf mittlerer Schiene circa 20 Minuten überbacken. Die Eimasse sollte vollständig erstarrt und angebräunt sein.

Am besten schmeckt der Auflauf heiß serviert mit grünem Salat, einem knusprigen Brot und einem leichten, fruchtigen Weißwein.

Guten Appetit!

* Bei welchen Erzeugern Sie den original Bornheimer Spargel kaufen können, erfahren Sie hier:

www.spargelausbornheim.de