

Bärlauch konservieren

Bärlauch für das ganze Jahr nutzbar machen

Bärlauch ist aus der Frühlingsküche nicht wegzudenken. Er bringt wertvolle Inhaltsstoffe und Geschmack auf das Butterbrot, in den Topfen und unter den Salat. Um Bärlauch auch außerhalb der Saison genießen zu können, gibt es einfache Methoden diesen zu konservieren.

Bärlauch in Öl einlegen

Waschen Sie eine Handvoll Bärlauchblätter und legen Sie diese auf ein Geschirrtuch zum abtropfen. Für ein intensiveres Aroma hacken Sie die Blätter grob und füllen sie schichtweise in eine saubere Flasche (mit breitem Flaschenhals) oder in ein Schraubglas. Mit hochwertigem Bio-Öl nach Geschmack auffüllen. Verschließen und kühl stellen. Nach ca. 3 Wochen ist das Öl voller Bärlaucharoma.

Dieses kräftige Öl passt sehr gut zu Bohnensalat, in Tsatsiki und pur auf gedämpfte Kartoffeln.

Haltbarkeit und Lagerung:

Die Haltbarkeit variiert mit der Art des verwendeten Öls. Kaltgepresste Öle wie Leinöl, Hanföl und Distelöl sind bei dunkler, kühler Lagerung (am besten im Kühlschrank) 3 bis 6 Monate haltbar. Diese Öle punkten auch mit hochwertigen Fettsäuren und Vitaminen. Raffinierte Speiseöle sind ein Jahr und länger haltbar.

Bärlauch-Salz herstellen

Pürieren Sie eine Handvoll frischen Bärlauch mit einer Tasse Salz im Cutter und trocknen Sie die Mischung anschließend bei niedrigen Temperaturen (50 Grad C.) im Backrohr. Das fertige Salz hat eine peppige grüne Farbe. In Gläser füllen, Speisen damit würzen und dekorieren. Es passt gut auf gehobelte Radieschen, Schafkäse oder ein Vollkornweckerl mit Butter.

Haltbarkeit und Lagerung:

Das Bärlauch-Salz, trocken in der Küche gelagert, hält bis zu 2 Jahren.

Bärlauch in Eiswürfel-Behältern einfrieren

Die Blätter fein schneiden oder im Cutter pürieren und in Eiswürfelbehälter füllen. Bärlauch-Eiswürfel bringen Farbe und Geschmack in Wintersuppen und Erdapfelpüree.

Haltbarkeit:

Im Tiefkühlfach sind die Eiswürfel ca. 6 Monate haltbar. Je länger die Lagerdauer, desto mehr verblasen Aromen und Inhaltsstoffe.

Bärlauch in Essig einlegen

Eine Hand voll Blätter waschen, auf einem Geschirrtuch abtropfen lassen und in eine Flasche mit breitem Flaschenhals füllen. Mit heimischem Apfel- oder Birnenessig auffüllen und 2 Wochen an einem sonnigen Platz stehen lassen. Geben Sie zum Verfeinern einen Löffel Honig in den Bärlauch-Essig. Dessen Süße mildert die Schärfe des Essigs. Mit hochwertigem Öl und Salz entsteht ein Ruck-Zuck Bärlauch Dressing.

Bärlauch-Essig passt zu Erdapfelsalat und Linsenaufstrich; ein Schuss davon verfeinert auch Gulasch.

Haltbarkeit und Lagerung:

Essig ist ein gutes Konservierungsmittel und im Küchenschrank ist der Bärlauch-Essig sehr lange haltbar.

Trocknen von Bärlauchblättern

Bärlauch verliert beim Trocknen Aromen und Inhaltsstoffe. Ist Ihnen das Aroma von frischem Bärlauch zu intensiv und zu scharf, dann ist die getrocknete Variante genau richtig. Am besten die Blätter im Backrohr bei 50 Grad C trocknen. Trocknen an der Luft wäre zwar die schonendere und energieeffizientere Methode, funktioniert aber nicht so gut wie das Trocknen im Rohr. Bärlauch enthält sehr viel Wasser und neigt beim Lufttrocknen zum Schimmeln. Die trockenen Blätter in feine Stücke brechen und in einem Schraubglas aufbewahren.

Verwenden Sie getrockneten Bärlauch in Topfen Aufstrich, für Bärlauch-Nudeln oder Weckerl. Gemischt mit weiteren getrockneten Kräutern ergeben sich feine Würzmischungen.

Haltbarkeit und Lagerung:

Bei trockener Lagerung circa 2 Jahre haltbar.

Einlegen in Alkohol

Dafür wird Bärlauch fein gehackt und mit Alkohol, z.B. Korn, in eine Flasche gefüllt. Nach 2 Wochen abseihen. Bärlauch Schnaps eignet sich gut als Digestif.

Haltbarkeit und Lagerung:

Alkohol ist stark konservierend. Dunkel gelagert ist der Bärlauch Schnaps 5 Jahre und



länger haltbar.