

Selbstgemachte Bärlauchbutter



So geht's!

Im WunderWald, vor allem an feuchten Hängen, findet man von Ende März bis Anfang Mai wieder Bärlauch. Er riecht unverwechselbar. Das Aroma ähnelt Knoblauch, hat aber im Gegensatz dazu den Vorteil, dass man nach dem Essen selbst kaum danach riecht. Und man kann ihn super verarbeiten.

Wir stellen dir hier ein Rezept für Bärlauchbutter vor, die du für vieles verwenden kannst.



1.

Sammeln

- Sammle Blätter, die schön frisch und grün sind. Das beste Aroma haben sie, bevor der Bärlauch blüht.
- Sammle nur so viel, wie du verwenden kannst und brauchst. Für 250 g Butter reicht locker eine gute Handvoll, also etwa 40–50 Blätter.

Achtung: Verwechslungsgefahr mit den giftigen Maiglöckchen! Sammelt Bärlauch nur wenn ihr euch wirklich sicher seid! Oder lasst euch von einem guten Bestimmungsbuch und erfahrenen Personen helfen.

Waschen

- Den Bärlauch kannst du im Spülbecken deiner Küche oder einem kleinen Wännchen waschen
- Dazu lässt du einfach kaltes Wasser einlaufen und befreist die Blätter von Dreck und entfernst die weniger schönen Stellen.



2.



3.

Stiele entfernen

- Schneide oder zupfe die zu langen Stiele ab.



4.

Trocknen

- Lege den Bärlauch – gut verteilt, dass er nicht faulen kann – auf ein Baumwolltuch, dass er trocknen kann
- Alternativ kannst du auch eine Salatschleuder verwenden.



5.

Zerkleinern

- Wer möchte, dass in der Butter kleine Bärlauchstückchen zu sehen und zu schmecken sind, der sollte die Blätter möglichst fein mit einem Messer schnipseln. Das erfordert aber etwas Übung, und man muss auf die Finger Aufpassen!

- Man kann die Blätter auch mit der Küchenmaschine häckseln, dann wird die Butter feiner und das Aroma intensiver. (Ein Rührstab ist äußerst gefährlich für die Finger, er darf nur unter Aufsicht Erwachsener verwendet werden!)



6.

Weitere Zutaten

- Für die Bärlauchbutter brauchst du auch noch Salz und Butter – am besten Biobutter.
- Auf 250 g Butter kommt ungefähr ein Teelöffel Salz (Vorsicht beim Salzen, siehe nächster Schritt)

Fertig

- Schmeckt super beim Grillen, um Fleisch/Gemüse darin anzubraten, um Nudeln zu schwenken oder einfach aufs Brot.
- Viel Spaß beim Sammeln und Nachmachen!



8.

Anmischen

- Um alles zu vermischen, kannst du wieder die Küchenmaschine verwenden. Eine Gabel und etwas Muskelkraft tun es aber auch. Einfacher ist es, wenn die Butter etwas weicher ist.
- WICHTIG! Schrittweise vorsichtig salzen und zwischendrin probieren. (Bärlauch und Salz ziehen noch bis zum nächsten Tag etwas nach!)
- Wenn die Bärlauchbutter deinem Geschmack entspricht kannst du sie in Gläser füllen.

7.