

## Bärlauch-Bruschetta

1 Zwiebel  
150 g Champignons (od. andere Pilze)  
2 EL Öl,  
1–2 Hand voll Bärlauch (5–6 EL, geschnitten),  
evt. einige Bärlauchblüten,  
75 g Frischkäse,  
Salz, Pfeffer,  
1–2 EL weißer Balsamico



- Gewürfelte Zwiebel und Pilze in Öl andünsten.
- Bärlauch zugeben, Frischkäse einrühren.
- Die Masse mit Balsamico, Salz und frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken.
- Baguette 10 Minuten bei 200 °C im Ofen rösten, mit der Bärlauch-Pilz-Creme bestreichen und mit feingeschnittenen Bärlauch-Blättern und -blüten garniert servieren.

## Bärlauch-Risotto

Zutaten für 4 Portionen:  
2 EL Öl,  
1 Zwiebel,  
300 g Risotto-Reis,  
800–900 ml heiße Gemüsebrühe,  
400 g Ricotta-Käse,  
Salz, Pfeffer,  
2 Hand voll Bärlauch (50 g)



- Gewürfelte Zwiebel in Öl andünsten.
- Reis dazugeben und unter Rühren glasig braten.
- 2 Tassen Gemüsebrühe angießen und bei geringer Hitze unter Umrühren verdampfen lassen.
- Nach und nach immer wieder Brühe zugießen und verdampfen lassen, bis der Reis ausgequollen ist. Das Risotto sollte cremig sein, die Körner noch leicht bissfest.
- Bärlauch waschen, abtropfenlassen und fein schneiden.
- Bärlauch zusammen mit dem Ricotta unter das Risotto rühren.
- Mit gerösteten Pinienkernen und Bärlauch bestreut servieren.

## Bärlauch-Canneloni

Zutaten für 4 Portionen:

12–16 Canneloni,

300–400 g Schafskäse,

2 Hand voll Bärlauch (10 EL, gehackt, 50 g),

reichlich andere Kräuter (4 EL, gehackt),

2 EL gehackte Hasel- oder Walnüsse,

2 Zwiebeln

1 EL Olivenöl,

1 EL Butter,

2 EL geriebenen Parmesan, Salz,

schwarzer Pfeffer, ½ l Tomatensoße oder passierte Tomaten



- Schafskäse mit Olivenöl und klein gewürfelten Zwiebeln, gehackten Nüssen, Bärlauch und Petersilie mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Canneloni mit der Masse befüllen und nebeneinander in eine gefettete Auflaufform legen.
- Mit der Tomatensoße übergießen, mit Parmesan bestreuen und mit Butterflocken belegen.
- Im Backofen 45 Minuten bei 180 °C backen.
- Die Canneloni vor dem Servieren mit etwas gehacktem Bärlauch bestreuen.

## Bärlauch-Öl

10 gewaschene, getrocknete Bärlauchblätter in einer Flasche mit Olivenöl auffüllen, bis die Blätter bedeckt sind. Verschluss an einem kühlen, dunklen Ort eine Woche ziehen lassen. Das Öl eignet sich für Blattsalate oder zum Beträufeln von Pizza, Pasta, Carpaccio und Ziegenfrischkäse.



## Bärlauch-Essig

10 Bärlauchblätter in eine gut gereinigte Flasche geben, mit Weißweinessig auffüllen, verschlossen eine Woche ziehen lassen. Passt zu Blattsalaten und eignet sich zum Abschmecken von Suppen, Soßen und Dips.