

# Eingelegte Bärlauch-Knospen

eine Köstlichkeit von Oskar Fach

Knospen nur geschlossene, keine weiß aufgeblühten verwenden!

## Zutaten:

300 gr. Bärlauch-Knospen  
250 ml Wasser  
250 ml Kräuter-Essig o.ä.  
80 gr. Zucker  
25 gr. Salz  
ca. 20-25 Pfefferkörner  
1 Lorbeerblatt  
einige Senfkörner, so man hat und will ...



## Zubereitung

- Wasser mit Essig, Zucker, Salz, Pfeffer und Lorbeerblatt ca. 3-4 Minuten aufkochen, Lorbeerblatt herausnehmen.
- Bärlauch-Knospen in saubere sterile Gläser ganz auffüllen und mit der heißen Essigmischung sofort übergießen.
- Sud bis an den Rand auffüllen. Gläser gleich verschließen, ca. 5 Minuten auf den Kopf stellen (d.h. Deckel nach unten).

Danach ca. 3-4 Wochen ziehen lassen (im Kühlschrank oder kühlem Raum). Etwa alle 2 Tage schütteln.

Wer schon mal Gurken eingelegt hat, weiß Bescheid.

Die Haltbarkeit der Knospen beträgt ca. 3-4 Monate!

Auf ein gutes Gelingen!

Oskar Fach

## Oskars Tipps:

- Bei Bärlauch-Pesto den Parmesan-Käse erst bei der Zubereitung des Essens zugeben. Nicht bei der Herstellung. Dadurch wird die Haltbarkeit von Pesto wesentlich verlängert!
- Wie man Bärlauch-Suppe herstellt, wird auch jedem bekannt sein. Ist auch sehr lecker.
- Sammelgebiet unter anderem (Auswärtige oder Unkundige) für Bärlauch ist der kilometerweite Bärlauchwald im Köpfertal Heilbronn (Stadtwald). Dort gibt es verschiedene Früh- und Spätvarianten, je nach Lage). Auch Giersch, Knoblauchrauke u.a. sind nicht zu verachten und im großen Stil dort weitläufig vorhanden.
- Ein weiterer Tipp von mir ist Schnittknoblauch (*Allium Tuberosum*). Ich habe den im Garten und hole ihn mir nach Bedarf. Die Pflanze ist der Wahnsinn! Schmeckt zwischen Schnittlauch und Knoblauch und ist nicht so scharf wie Knoblauch. Einfach herrlich und angenehm. Passt zu fast allen Speisen.