Bärlauch-Creme

Würzig. Aromatisch. Intensiv. Bärlauch ist einfach zu lecker, um es nur in Form von Pesto und Butter zu genießen. Wir machen im Frühling daher immer unsere eigene Bärlauch-Creme. Besonders auf frisch gebackenem Brot ist der Bärlauch-Aufstrich dann ein absolutes Highlight am Morgen. Klingt spannend? Dann probiere es aus und lade deine Liebsten zu einem ganz besonderem Frühstück inklusive Brotaufstrich mit Bärlauch ein.



Bärlauch-Creme | Foto: Linda Katharina Klein
Zutaten (8 Portionen): 300 Gramm (veganer) Frischkäse | 50 Gramm Bärlauch | 0,5 Teelöffel Salz | 1 Spritzer Zitronensaft



Bärlauch-Creme | Foto: Linda Katharina Klein
Zubereitung (2 Minuten): 1. Bärlauch fein hacken. Dies geht auch mit einem Küchenhäcksler. 2. Bärlauch mit dem Frischkäse, dem Salz und etwas Zitronensaft vermischen und bis zum Servieren kühl stellen.

Dazu passen hervorragend: Knuspriges Körnerbrot und Dinkel-Toasties und viele weitere meiner Rezepte für Brot & Kleingebäck. Jetzt noch mehr Rezepte mit Bärlauch und weitere Brotaufstriche entdecken!

Nährwerte/Portion: 76 Kalorien | 5,6 Gramm Fett | 1,4 Gramm Kohlenhydrate | 4,6 Gramm Eiweiß