

Rezepte mit der Knoblauchsrauke

www.celticgarden.de/2016/04/rezepte-mit-der-knoblauchsrauke/

27. April 2016

Katuschka Toversche

Die Knoblauchsrauke steht als Konkurrenz zum Bärlauch. Wer den starken Knoblauch-Geschmack vom *Bärlauch* nicht mag, kann die Knoblauchsrauke nehmen. Ab Frühjahr fängt sie reichlich an zu wachsen. Eine Verwechslung ist eher selten, weil ihre zerquetschen Blätter dezent nach Knoblauch riechen. Auch sie ist recht vielseitig und sollte in keiner Frühjahrs-Küche fehlen. Darum möchte ich euch ein paar interessante [Rezepte](#) mit der Knoblauchsrauke aufschreiben. Ich denke am bekanntesten ist wohl das Pesto aus dieser Pflanze. Ich selber sammel immer auf Vorrat und trockne die einzelnen Blätter und wenn ich Pesto zubereiten will, habe ich die Knoblauchsrauke immer parat. Es schmeckt trotzdem noch knobig, auch wenn sie im getrockneten Zustand nicht mehr danach riecht. Die Wurzel der Knoblauchsrauke kann wie Meerrettich verwendet werden.



(Knoblauchsrauke)

Knoblauchsrauken-Pesto:

- 2 Handvoll Knoblauchsraukenblätter
- ca. 100 ml Speiseöl
- Walnuss – oder Pinienkerne
- Parmesan
- getrocknete Tomaten
- Schafskäse

Alle Zutaten in einen Mixer geben und gut durchmischen. Dieses Pesto immer frisch zubereiten, weil es durch die Zutaten nicht so lange haltbar ist. Die getrocknete Tomaten und den schafskäse könnt ihr natürlich weglassen, aber es gibt dem Pesto immer einen besonderen Geschmack.

Knoblauchsrauken – Salatöl:

Für ein mildes Salatöl aus der Knoblauchsrauke könnt ihr alle Teile, samt Samen und ausser der Wurzel nehmen. Ca. 1 Handvoll Knoblauchsrauke zerkleinern und mit soviel Speiseöl aufgießen bis alles bedeckt ist. Verschliessen und für 1 Woche durchziehen lassen. Mit diesem Knoblauchsrauken-Öl könnt ihr auch euer Grillfleisch marinieren.

Knoblauchsrauken-Senf:

- ca. 100 g Samen der Knoblauchsrauke
- 80 ml Wasser
- 20g Honig
- 10 g Salz
- 50 ml Weinessig

Die Samen werden zuerst in einer Mühle klein gemahlen. Dann alle restlichen Zutaten, samt der zermahlenden Samen in einen Mixer geben und gut durchmischen. In geeignete und sterilisierten Gläser umfüllen und für 10 – 14 Tage stehen lassen. Dadurch entfaltet sich das Aroma.

Knoblauchsrauken – Brotaufstrich:

- 1/2 Handvoll Knoblauchsraukenblätter
- 125 g Frisch -oder Hüttenkäse
- 2 Esslöffel Naturjoghurt
- Senf und Salz nach Belieben

Die Blätter sehr klein schneiden und mit dem Naturjoghurt und dem Frisch -oder Hüttenkäse gut verrühren. Mit Salz und Senf abschmecken und für ein paar Stunden in den Kühlschrank stellen, damit sich das Aroma entfalten kann.

Knoblauchsrauken – Butter:

- 250 g Butter
- 1-2 Handvoll Knoblauchsraukenblätter
- etwas Salz

Knoblauchsraukenblätter sehr klein schneiden. Die Butter muss weich sein. Zimmertemperatur ist am besten. So das ihr die Butter mit einer Gabel zerdrücken könnt. Nun fügt ihr der Butter die Blätter und das Salz hinzu. Die Knoblauchsrauken-Butter eignet sich auch gut zum Einfrieren.



Wenn dir dieser Artikel gefallen hat, würde ich mich über einen kleinen Beitrag zu meiner Arbeit sehr freuen!
Celticgarden unterstützen:

Ähnliche Beiträge