

# Kohlrabieintopf mit Fleischbällchen



Foto Dagmar Möller/Töpfe + Deckele

Mehr Rezepte von Dagmar findet ihr auch hier: [Töpfe und Deckele](#)

## **Zutaten:**

1 Zwiebel  
3 Kohlrabi  
1/2 Lauch  
1 Karotte  
1 l Geflügelbrühe  
Salz/Pfeffer  
100 ml Sahne  
etwas Ghee  
TK-Erbesen  
4 Bratwürstchen  
Petersilie

## **Zubereitung:**

Die Zwiebel und den Kohlrabi würfeln (Würfelschneider).

1 Zwiebel in Ghee andünsten (140 Grad, Kochrührelement)

3 gewürfelte Kohlrabi und 1/2 Lauch sowie 1 Karotte in

Scheiben dazugeben und weiter dünsten.

Mit 1 l Geflügelbrühe ablöschen, mit Salz und Pfeffer würzen, 100 ml Sahne zufügen.

20 min. köcheln.

TK-Erbesen und Fleischbällchen (4 ausgedrückte Bratwürstchen zu Kugeln formen) zufügen und weitere 10 min. ziehen lassen (95 Grad)

Petersilie drüber – ferdddsch!



---

## Pikante Topfenlaibchen



Foto und Rezept zur Verfügung gestellt von Ali Hallo

**Zutaten:**

500g Topfen (Quark)

2 Eier

ca. 5/6El Brösel

ca. 5/6El Maismehl

etwas geriebener Käse, nach Belieben

1 gehackte Zwiebel

1 Knoblauchzehe, gehackt

einige Blätter Bärlauch, in Streifen geschnitten

**Zubereitung:**

Alles in der CC mit dem K-Haken vermischen und anziehen lassen (Masse kann dadurch gut vorbereitet werden).

Etwas Öl in der Pfanne heiß werden lassen und mit dem El Häufchen in das Öl setzen und flachdrücken/streichen.



Bei mittlerer Temperatur auf beiden Seiten bräunen lassen.

Dazu grüner Salat und evtl noch einen Klacks Rahm (Wir hatten noch gedünstetes Wurzelgemüse dazu.)

Guten Appetit!

*Anmerkung: Durch Zugabe von anderen Kräutern, gehacktem Gemüse/Schinken kann man das Gericht sehr gut variieren*

---

# Bärlauchcremesuppe



Fotos und Rezept zur Verfügung gestellt von Linda Peter

Kalorienarm 250 ml hat nur ca. 60Kalorien, wenn man den Knusperspeck weglässt und sehr leicht in der CC zu machen.

## **Zutaten:**

für 4 Portionen

1 große mehligte Kartoffel

400 g Bärlauch

1 EL Olivenöl

2 Zwiebeln

1 Knoblauchzehe

1l Brühe

100 ml Schlagobers/Sahne

Salz

Pfeffer

Muskat

Optional: Speck

## **Zubereitung:**

Für die Bärlauchsuppe Kartoffel in Würfel schneiden, Zwiebel, Knoblauch fein hacken und in Öl anschwitzen (Kochröhrelement, 140 Grad/Rührintervall 3).



Mit Brühe aufgießen und 15 Minuten köcheln lassen (knapp unter 100 Grad).



Bärlauch grob schneiden und in die kochende Suppe geben, 2-3 Minuten kochen lassen.



Danach mit einem Pürierstab und mit Schlagobers pürieren.





Optional: Mit Knusperspeck



---

## Bärlauch-Zucchinipesto



Rezept und Fotos zur Verfügung gestellt von Cori Strohmi

**Zutaten:**

50 g Bärlauch

1/2 Zucchini

3 EL Pinienkerne in der Pfanne trocken geröstet

150 ml Olivenöl

50 g Hartkäse, z.B. Parmesan in Stücken

**Zubereitung:**

Alles in den Mixer (oder Multizerkleinerer mit Messer) und fertig ist das Pesto

Tipp Cori: Die Zucchini schmeckt man nicht raus, bringt der Familie aber Extragemüse ☐



---

# Bärlauchsatz



Rezept und Fotos zur Verfügung gestellt von Waltraud Kogler

## **Zutaten:**

200 gr. Bärlauch

1000 gr. Salz

## **Zubereitung:**

Den Bärlauch im Multi mit dem Messer auf 2 x, häckseln.

Dann 1000 g Salz dazugeben. Das Ganze auf zwei Bleche streichen und alles auf dem Balkon trocknen lassen (mit Markise, um vor der prallen Sonne zu schützen). Öfters durchrühren.



Insgesamt mahle ich das Ganze noch 2 x – abfüllen, fertig!



---

# Bärlauchbutter



Rezept und Fotos von Sabine Dorn

## **Zutaten:**

ca. 100 gr. Bärlauch frisch

ca. 250 gr. Butter

Salz

## **Zubereitung:**

Einfach Bärlauch und Butter mit Zimmertemperatur und etwas Salz. 40Sek. (dazwischen 1x vom Rand kratzen) mixen.



Dann in Klarsichtfolie gerollt. Dannach wird er gekühlt und dann in Scheiben geschnitten eingefroren.

---

# Bärlauchpaste



Foto und Rezept von Dagmar Möller

Weitere Rezepte von Dagmar Möller findet ihr auch hier: <http://toepfle-und-decke.de>

Zutaten:  
Bärlauch  
Salz  
Olivenöl

## **Zubereitung:**

Alle Zutaten im Multi zu einer weichen Paste mixen – in Gläser füllen und mit Olivenöl abdecken – fertig.

Zum alsbaldigen Verbrauch im Kühlschrank lagern.

---

# Bärlauchpesto



Rezept und Foto zur Verfügung gestellt von Gunda Fink

**Zutaten:**

50 g Bärlauch

3 EL Pinienkerne in der Pfanne trocken geröstet

150 ml Olivenöl

50 g Hartkäse, ich hab Parmesan genommen in Stückchen

**Zubereitung:**

Alles in den Mixer (oder Multizerkleinerer mit Messer) und fertig ist das Pesto

---

## Bärlauchquiche



Rezept und Foto zur Verfügung gestellt von Karin AM

Vollkornmürbteig im FP wird einfach perfekt!

### **Zutaten:**

#### *Mürbteig:*

230 g Dinkel frisch gemahlen

1 Tl Backpulver

140g Butter

1 TL Salz

2 EL Sesam

1 EL Essig

70 ml Eiswasser

#### *Füllung:*

2 Knoblauchzehen

etwas Butter

150 gr. in Streifen geschnittenen Bärlauch

1 Packung Sauerrahm

3 EL Topfen/Quark

3 EL Maisstärke

130 gr. gewürfelten Käse

1 Ei

Salz/Pfeffer/Muskat

### **Zubereitung:**

im Multi mit der P-Taste zu einem Mürbteig verarbeiten (wenn sich eine Kugel bildet ist er perfekt). 1/2 Stunde kalt stellen.

Teig zwischen Klarsichtfolie ausrollen und eine Quicheform auslegen.

2 Knoblauchzehen in etwas Butter in der CC mit K-Haken andünsten (keine Farbe nehmen lassen)

150 g in Streifen geschnittenen Bärlauch dazu und nur kurz unterrühren. Etwas auskühlen lassen.

Dann 1 Sauerrahm, 3 EL Topfen, 3 EL Maisstärke, 130 g gewürfelten (oder grob gerieben im FP) Käse und 1 Ei unterrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

In die Form füllen und bei 180°C etwa 1/2 Stunde backen. Kurz stehen lassen und erst dann aus der Form nehmen.

---

## Bärlauch-Nockerln an Jungzwiebel-Sahnesauce mit gerösteten Schinken





Rezept und Foto von Claudia Kraft

**Zutaten:**

250 gr. Mehl

50 gr Grieß

120 gr. Bärlauch

200 ml Milch

3 Stück Eier

Muskatnuss

Salz

Pfeffer

2 Stück Schalotten

100 ml Weißwein

80 gr. Parmesan

Butter

3 EL Creme fraiche

100 ml Rahm

Natürlich wieder meine eigene Kreation gemacht. War auch eine spontane Idee daher etwas abgeändert. Hatte keine Schalotten deshalb Jungzwiebel, weiters ohne Wein u Parmesan gemacht. Dafür einfach nach Gefühl Sahne u Rahm genommen. Ausserdem zuerst Bärlauch zerkleinert, dann Milch u Eier in Mixer dazu gemixt u dann trockene Zutaten dazu.

**Zubereitung:**

Für die Bärlauchnockerln Bärlauchblätter im Blender grob hacken (Anmerkung: Multi + Messer geht sicher auch). Eier und Milch mit Bärlauch mischen, weiter pürieren.

Mehl, Grieß und Salz zugeben und nochmals verrühren.

Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Eine halbe Stunde rasten lassen.

In einem großen Topf reichlich Salzwasser aufkochen. Den Teig mit einem kleinen Löffel in Nockerlform abstechen und ins Wasser gleiten lassen. Kochen lassen, bis sie an die Oberfläche steigen. In Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen.

Die Schalotten fein hacken. In 2 EL Butter anschwitzen. Mit Wein ablöschen. Schlagobers dazugießen. Fünf Minuten kochen lassen. Die Creme fraiche unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Die restlichen Bärlauchblätter in Streifen schneiden und untermengen.

Die Nockerln in etwas Butter erhitzen, anrichten und die Sauce darübergießen. Zum Schluss noch etwas Parmesan über die Bärlauchnockerln darüberreiben.

So wärs ein vegetarisches Gericht. Bei Claudia gabss noch Schinken dazu.



Fotos Claudia Kraft