

Frühlingshafte Kräuterküche: 24 Rezepte mit Bärlauch



Zu kurz beglückt er uns mit seiner Anwesenheit. Da bleibt nur eins: Die wenigen Wochen, die Bärlauch frisch im Kräutergarten duftet, in vollen Zügen genießen. Wir haben für deine Kräuterküche 24 Bärlauchideen gesammelt - für einen Monat Bärlauchgenuss an jedem Tag.

Fingerfood

Bärlauchbrötchen mit Frühlingsalat

Bärlauch am Morgen vertreibt Kummer und Sorgen. Und wenn du dir zu deinen selbstgebackenen Bärlauchbrötchen noch einen knackigen Salat aus Postelein, Spinat, Bärlauch und Radieschen zauberst, dann machen sie auch mittags und abends mindestens genauso glücklich. [Zum Rezept](#)



[Bärlauchbrötchen](#) © Verena Wohlleben | Nicest Things

Bärlauch-Feta-Sticks

Ein Stick für mich, ein Stick für dich und ein Stick für ... mich! Denn von Sabrinas würzigen Feta-Sticks in knusprigem Bärlauch-Walnuss-Mantel kann man definitiv nicht genug bekommen. Falls dir die Sticks allein nicht genug sind, dann bette sie doch auf einem bunten Wildkräutersalat mit einer [Erdbeer-Bärlauch-Vinaigrette](#). [Zum Rezept](#)

Frühlingshafte Kräuterküche: 24 Rezepte mit Bärlauch



Bärlauch-Feta-Sticks © Sabrina Sue Daniels | Sabrina Sue
- In Love with Food

Eingelegte Bärlauchknospen

2 Monate Bärlauchsaison sind dir zu kurz? Dann gibt es nur eine Lösung: Leg dir frisch gepflückte Bärlauchknospen mit Agavendicksaft, Salz und Wasser in Essig ein. So kannst du auch im Sommer noch Bärlauch auf Brot oder im Salat genießen. [Zum Rezept](#)



Eingelegte Bärlauchknospen © Saskia in der Au |
Foodlikers

Gefüllte Bärlauch-Blätterteig-Blätter

Bärlauch, Blätterteig, Tatar, Parmesan und Sahne - das klingt nach einer verheißungsvollen Kombination. Gib deinen Blätterteigtaschen ein kleines Frühlingsupdate - deine Geschmacksknospen werden es dir danken. [Zum Rezept](#)

Frühlingshafte Kräuterküche: 24 Rezepte mit Bärlauch



Gefüllte Bärlauch-Blätterteig-Blätter © Mariola Boensch | Mari e Ola

Bacon-Bärlauch-Cupcakes

Bei Jasmin steht der Cupcake Kopf. Und zwar in Sachen Geschmack. Statt mit fluffigem Kuchenteig und süßer Buttercreme glänzen sie hier mit würzigem Bärlauch- oder wahlweise Bacon-Brötchen-Teig mit ebenso würzigem Frosting. Hier kommt Bacon Frosting auf Bacon Cupcake und Bärlauch-Frosting auf Bärlauch-Cupcake. Wir sagen zweimal ja und ja! [Zum Rezept](#)



Bacon-Bärlauch-Cupcakes © Jasmin Krause | KüchenDeern

Vegetarischer Burger mit Bärlauchpesto

Erst der Bun (natürlich selbstgebacken), dann eine großzügige Schicht Bärlauchpesto (frisch versteht sich), darüber ein paar Schichten Zucchini, Aubergine und Süßkartoffel (mit Raucharoma vom Grill) und dann das Ganze abdecken. So baust du einen Frühlingsburger par excellence. [Zum Rezept](#)

Frühlingshafte Kräuterküche: 24 Rezepte mit Bärlauch



Vegetarischer Burger mit Bärlauchpesto © Jennifer Stein | Tulpentag

Bärlauchbrot

So ein frisch gebackenes Brot ist einfach etwas Feines. Duftend, warm und am besten mit unverwechselbarem Geschmack. Eben genau so wie bei den Foodistas. Die Schwestern haben ihr selbstgebackenes Roggenbrot kurzerhand mit Bärlauch verfeinert und es beim ersten Bissen zum neuen Lieblingsbrot erkoren. Das muss getestet werden! [Zum Rezept](#)



Bärlauchbrot © Foodistas

Knusprige Pestoschnecke mit Bärlauch

Hast du schon angegrillt? Nein? Dann hast du jetzt aber allemal einen Grund. Denn was darf bei einem Grillabend nicht fehlen? Richtig - ein knuspriges Brot. Statt mit 08/15-Baguette kannst du deine Gäste beim nächsten Grillevent mit selbstgebackenem Brot beglücken, das sich gefüllt mit frischem Bärlauchpesto zu einer hübschen Schnecke kringelt. [Zum Rezept](#)



Pestoschnecke mit Bärlauch

Frühlingshafte Kräuterküche: 24 Rezepte mit Bärlauch

Pasta

Spargel-Bärlauch-Carbonara

Simone weiß, wie sich selbst die skeptischsten Verfechter klassisch weißer Carbonara überzeugen lassen. Sie greift einfach zur Wunderwaffe Bärlauch. Denn ganz ehrlich? Wer kann dem Frühlingskraut ernsthaft widerstehen? Dazu gibt es knusprigen Bacon, weißen Spargel, Pinienkerne und Parmesan. [Zum Rezept](#)



[Spargel-Bärlauch-Carbonara](#) © Simone Filipowsky | S-Küche

Süßkartoffel-Schupfnudeln mit Bärlauch

Zugegeben, Jennifers Schupfnudeln sind nichts für faule Feierabende, aber die Mühe lohnt. Süßkartoffeln kochen, pressen, zu Schupfnudelteig verarbeiten und noch einmal garen. Zum krönenden Abschluss werden die Kartoffelnudeln mit Bärlauch in der Pfanne angebraten und mit kandierten Tomaten und Ziegenkäse serviert. Einfach lecker. [Zum Rezept](#)



[Süßkartoffel-Schupfnudeln mit Bärlauch](#) © Jennifer Stein | Tulpentag

Vollkornnudeln mit Bärlauch

Du kannst dir aber auch unter der Woche eine fix gemachte Nudelleckerei mit Bärlauch gönnen. Greif einfach zu deiner Lieblingspasta aus der Packung und verfeiner sie mit Karotten, Bärlauch, Crème fraîche, Walnüssen und Parmesan. [Zum Rezept](#)

Frühlingshafte Kräuterküche: 24 Rezepte mit Bärlauch



Vollkornnudeln mit Bärlauch © Gülsah Akkaya | Sommermadame

Bärlauch-Ravioli mit Zitronenbutter

Hast du Pasta wie vom Italiener schon einmal selber gemacht? Eigentlich gibt es nur ein Geheimnis dabei: Hab Spaß zu experimentieren. Mach Experimente in Sachen Farbe und Geschmack beim Teig oder auch bei der Füllung deiner Ravioli. Unser Tipp für frühlingshafte Pastaküche: Ravioli mit einer cremigen Bärlauch-Ricott-Füllung, denen zur Abrundung eine feine Zitronenbutter genügt. [Zum Rezept](#)



Bärlauch-Ravioli

Spaghetti mit Bärlauchpesto

8 Zutaten und klein wenig Olivenöl - das ist alles, was du für dieses Pastagericht brauchst. Und das Beste: Sabines Pasta ist auch noch ruckzuck gemacht. Kurz ein Pesto zusammenmixen, die Nudeln kochen und das Ganze mit Bärlauch, Tomate und Mozzarella servieren. Fertig. [Zum Rezept](#)



Spaghetti mit Bärlauchpesto © Sabine Sikorski | Pastamaniac

Süßkartoffel-Gnocchi

Auch bei Kaja geht es im Grunde simpel zu. Denn am Ende wirst du mit einer Portion süß-würziger Gnocchi und einem feinen Pesto beglückt. Der Clou, warum zwei Komponenten reichen, um deine Geschmacksknospen zum Tanzen zu bringen: Von Gnocchi bis Pesto wird alles frisch zubereitet. [Zum Rezept](#)

Frühlingshafte Kräuterküche: 24 Rezepte mit Bärlauch



Süßkartoffel-Gnocchi mit Bärlauch © Kaja Hengstenberg | The Recipe Suitcase



Ebly-Risotto mit Bärlauch © Verena Wohlleben | Nicest Things

Hauptspeisen

Ebly-Risotto mit Bärlauch und Ziegenfrischkäse

Kam dir schon einmal der Gedanke, in deinem Essen zu baden? Einfach reinsetzen und genießen. Klingt verrückt, aber genau solche Gefühle löst Veras Risotto - pardon - Eblyrisotto aus. Ein wenig Safran, Weißwein, Hartweizen, Sahne, Brühe und ganz viel Bärlauch und Ziegenfrischkäse können einem schon mal den Kopf verdrehen. [Zum Rezept](#)

Frühlingsteller mit Bärlauch-Hummus, Radieschen und Artischocken

Ein paar Artischocken und knackige Erbsen hier, etwas Halloumi dort, da drüben Radieschen und ein wenig Rucola und als Krönung cremiger Bärlauch-Hummus. Danielas bunter Teller löst schon beim Anblick Frühlingsgefühle aus. [Zum Rezept](#)

Frühlingshafte Kräuterküche: 24 Rezepte mit Bärlauch



Frühlingsteller mit Bärlauch und Artischocke © Daniela & Michael Becker | Flowers on my plate

Bärlauch-Frittata

Schnell, einfach und gesund - so lautet das Motto zu Sarahs Frühlingfrittata. Wenn es hoch kommt, dann kostet dich die Zubereitung 20 Minuten. Es bleibt also mehr Zeit übrig, mit der heißen, würzigen, cremigen und auch knusprigen Frittata den Feierabend in vollen Zügen zu genießen. Bissen für Bissen. [Zum Rezept](#)



Bärlauch-Frittata © Sarah Renziehausen | feiertäglich

Bärlauchsüppchen

Das Frühlingswetter lässt mal wieder zu Wünschen übrig? Dann mach's dir einfach mit einer wärmenden Suppe auf dem Sofa gemütlich. Bei Christine gibt es ein cremiges Kartoffel-Sellerie-Bärlauch-Süppchen, das für ein wenig Biss von selbstgemachten Rote-Bete-Tortellini mit Kartoffel-Minz-Füllung getoppt wird. Wir würden gerne eine doppelte Portion zum Feierabend vorbestellen. [Zum Rezept](#)

Frühlingshafte Kräuterküche: 24 Rezepte mit Bärlauch



Bärlauchsüppchen © Christine Garcia Urbina | trickytine

Bärlauch-Kartoffel-Quiche

Wenn schon mal Bärlauchsaison ist, dann kann die gute alte Spinatquiche gerne mal eine Pause einlegen. Stattdessen macht es sich ein großer Bund Bärlauch zwischen Käse und Sahne gemütlich. Und damit es extra schnell geht, verzichtet Daniela auch auf klassischen Tarteteig und greift zu Kartoffeln als Quichebasis. [Zum Rezept](#)



Bärlauch-Kartoffel-Quiche © Daniela & Michael Becker | Flowers on my plate

Bärlauchrisotto mit Ziegenkäse

Goldene Abendsonne, ein Gläschen Weißwein und dazu ein cremiges Risotto mit Bärlauch, Ziegenkäse und Trüffelöl. Das klingt nach einem gelungenen Frühlingsabend. Was jetzt noch fehlt? Elles Risotto-Rezept. [Zum Rezept](#)

Frühlingshafte Kräuterküche: 24 Rezepte mit Bärlauch



Bärlauchrisotto mit Ziegenkäse © Elle Teuscher | Elle Republic

Tomaten-Bärlauch-Suppe

In Andreas Suppe spielt Bärlauch eigentlich nur eine Nebenrolle, aber natürlich dennoch mit geschmacksgebendem Charakter. Der Star der Suppe ist aber die Tomate. Saftig, fruchtig und leuchtend rot macht sie Lust auf Sommer in Italien. [Zum Rezept](#)



Tomaten-Bärlauch-Suppe © Andrea Köhlnberger | Cook and bake with Andrea

Ofen-Frittata mit Bärlauch, saurer Sahne und Mandeln

Jessica mag es gerne mal simpel. Dabei ist aber nur die Rede von der Zubereitung, denn geschmacklich ist ihre Frittata aus dem Ofen allererste Sahne. Und das obwohl nur Eier, Bärlauch, Sahne, Butter und Mandeln mit in die Pfanne hüpfen. Genau so lieben wir unser Abendessen. [Zum Rezept](#)



Ofen-Frittata © Jessica Benczewski | Berliner Küche

Dips & Aufstriche

Bärlauchaufstrich mit Feta

Seien wir mal ehrlich, wer Bärlauch so heiß und innig liebt wie wir, der trägt seine kleine Bärlauchfahne mit ganzem Stolz. Und das auch schon am Morgen. Falls du dich auch zu den absoluten Bärlauchfans zählst, dann kannst du dir

Frühlingshafte Kräuterküche: 24 Rezepte mit Bärlauch

Janinas cremigen Aufstrich mittags, abends und auch schon am Morgen als extra dicke Schicht auf deinem Brot gönnen. [Zum Rezept](#)



[Bärlauchaufstrich mit Feta](#) © Janina Lechner | Kleines Kulinarium

Bärlauch-Hummus

Bärlauchpesto kann ja jeder. Deswegen gibt es bei Ela diese Saison mal etwas Neues: Ein Hummus, bei dem die Kichererbse ausnahmsweise nur eine Nebenrolle spielt. Denn dieses Mal hat sich noch Bärlauch mit in die Dipschüssel gemischt und macht als cremiges Topping für Fladenbrot, Gemüse und Co. eine äußerst gute Figur. [Zum Rezept](#)



[Bärlauch-Hummus](#) © Ela | Transglobal Pan Party