

Topfen-Bärlauch-Brunnenkresse-Tascherl

mit Bärlauchbutter

12. April 2021 von Christina Rinnerthaler





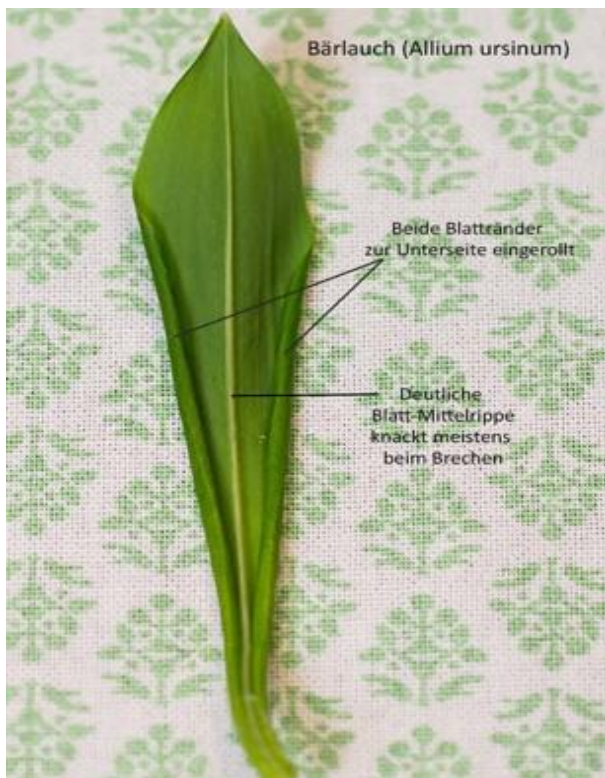
BÄRLAUCH (ALLIUM URSINUM)

Bärlauch ist eines meiner Lieblingskräuter, botanisch *Allium ursinum* - was übersetzt „Bär(en)-Lauch“ bedeutet - ist eines unserer bekanntesten heimischen Wildkräuter und bringt gerade jetzt im Frühling, unser Immunsystem wieder in Schwung. Er wirkt unter anderem: anregend, blutreinigend, durchblutungsfördernd, entgiftend und kräftigend

Zu finden ist er gerne in feucht-schattigen Laubwäldern und entlang von Bächen.

Der Bärlauch wird am häufigsten mit dem Maiglöckchen verwechselt, da beide breit-ovale Blätter haben. Allerdings...

- ist die Blattoberseite beim Bärlauch glänzend und die Blattunterseite ist matt. Das Maiglöckchen hingegen hat eine matte Blattoberseite und eine glänzende Blattunterseite, also genau umgekehrt.
- Der Stängel des Bärlauchs ist kantig und jedes Blatt ist einzeln gestielt. Beim Maiglöckchen sitzen in der Regel mehrere Blätter auf einem runden Stängel, meistens zwei.
- Beim Bärlauch sind beide Blattränder zur Blattunterseite gerollt, wenn das Blatt aus dem Boden wächst. Das Maiglöckchen ist nur von einer Blattseite her eingerollt.
- Wenn man die Blatt-Mittelrippe des Bärlauchs knickt, dann hört man i.d.R. ein „knacken“. Das Maiglöckchen hat nicht so eine deutliche Mittelrippe, wie der Bärlauch.



Mein leckeres FRÜHLINGS-REZEPT für euch:

TOPFEN-BÄRLAUCH-BRUNNENKRESSE-TASCHERL MIT BÄRLAUCHBUTTER

ZUTATEN:

Teig

- 250 g Topfen
- 140 g glattes Mehl
- 1 EL warme Butter
- 1 Eidotter
- 1 Handvoll Bärlauchblätter und Brunnenkresse
- 1 Prise Salz
- Mörser

Füllung

- 250 g Ricotta
- Klein geschnittener Bärlauch und Brunnenkresse
- Salz und Pfeffer
- 5 EL geriebenen Parmesan

Bärlauchbutter

- 50 g Butter und klein geschnittener Bärlauch

UND SO GEHT'S:

- Topfen, Mehl, warme Butter, Eidotter und Salz vermengen
- Bärlauchblätter und Brunnenkresse in einem Mörser mit Salz mörsern und in den Teig mischen
- Alles zu einem homogenen Teig vermengen und 1 h kaltstellen
- Den Teig anschließend dünn ausrollen, Kreise ausstechen und mit der Bärlauch-Brunnenkresse-Ricotta Mischung füllen
- Teig zuklappen und mit einer Gabel niederdrücken, damit die Tascherl geschlossen sind
- Wasser zum Kochen bringen, salzen und die Tascherl vorsichtig einlegen und ca. 10 Minuten sieden lassen (nicht mehr kochen) bis sie obenauf schwimmen
- Währenddessen die Butter mit dem klein geschnittenen Bärlauch erwärmen und die gekochten Tascherl in der Butter schwenken
- Garniert werden die Tascherl mit einigen essbaren Blüten wie Veilchen, Gänseblümchen, Schlüsselblumen oder auch den Bärlauchblüten.
- Lecker dazu schmeckt auch ein Wildkräuter Salat
- Mahlzeit!



REZEPT VON CHRISTINA RINNERTHALER

TIBERIA – Königin der Kräuter



Mein Name ist Christina Rinnerthaler von TIBERIA-Königin der Kräuter und ich lebe mit meiner Familie in Neumarkt am Wallersee.

Seit mehreren Jahren schon beschäftige ich mich intensiv mit den Schätzen der Natur. Und als wir dann vor 3 Jahren den Bauernhof der Schwiegereltern übernommen haben, wollte ich mein Wissen rund um Wald & Wiese noch vertiefen. Letztes Jahr habe ich die Ausbildung zur zertifizierten Kräuterpädagogin am LFI Salzburg erfolgreich abgeschlossen.

Als Kräuterpädagogin teile ich gerne meine Erfahrungen und meine Begeisterung mit interessierten Mitmenschen, entweder in einem meiner Naturkosmetik Workshops (aktuelle Termine findet ihr auf www.tiberia.at) oder auch auf Anfrage bei einer Kräuterwanderung auf unserem Hof. In den Workshops zeige ich euch, wie ihr verschiedene Kosmetika selbst herstellen könnt.

Köstliche Produkte mit unseren Kräutern von der Wiese findet ihr in der Kramerey (Fronfeste

Neumarkt): Frauenkräutertees, Wildkräutertees, Blütenzucker, Wildkräutersalze, Liköre, Essige und Öle und jetzt ganz aktuell natürlich Köstliches vom Bärlauch!

