

INFORAMA MONATS-REZEPT

APRIL 2019



BÄRLAUCH-ROULADE

Für 4 Personen

Biskuit:

4 Eigelb
0,5 dl heisses Wasser
1 Prise Zucker
1-2 TL Salz
4 Eiweiss

Zutaten in eine Schüssel geben und zu einer hellen, cremigen Masse rühren

steif schlagen und auf die Masse geben

80 g Mehl

darüber sieben und mit dem Eischnee zusammen sorgfältig mit der Masse vermengen

Füllung:

100 g Mascarpone
150 g Quark
2,5 dl Rahm
1 Zitrone (Schalenabrieb)
Kräutersalz
Pfeffer
3 EL Bärlauch, fein gehackt

Auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen. In der Mitte des auf 180°C vorgeheizten Ofens ca. 10 Minuten backen.

Biskuit auf ein Küchentuch stürzen, mit dem Blech zudecken und auskühlen lassen.

Zutaten verrühren und abschmecken.

Backpapier vom Biskuit wegziehen, längs halbieren. Die Füllung auf beiden Hälften verteilen und längs aufrollen. In Stücke schneiden und beispielsweise mit einem bunten, knackigen Frühlingsalat servieren.

ESSEN BÄREN LAUCH? - ODER WIE DIE PFLANZE ZU IHREM NAMEN KAM

Der volkstümliche Name des *Allium ursinum* (Bärlauch) soll der Vorliebe des Braunbären für die Knollen der Bärlauchpflanze entstammen.

Die Pflanzen der Bären, so wusste man bereits in grauer Vorzeit, haben die Kraft der Erneuerung, Revitalisierung und Reinigung. Zudem soll Bärlauch den Körper erwärmen.

Die Menschen damals verwendeten das frische, vitaminreiche Kraut zum Würzen der Speisen, um den Bedarf an diesen lebenswichtigen Stoffen, der besonders im Frühjahr hoch war - und auch heute noch ist - zu decken.

Zur damaligen Zeit wurden besonders wirksame Pflanzen nach Bären benannt, welche die Menschen wegen ihrer Kraft und Fruchtbarkeit verehrten

Durch den Verzehr der „Bärenpflanze“ hoffte man ausserdem, sich diese Kräfte des mächtigen, unbesiegbaren und furchteinflössenden Tieres einverleiben zu können.