

Bärlauch-Gnocchi an Zitronenrahmsauce & buntem Frühlingsalat

April 2021

Für 4 Personen



Bärlauchgnocchi:

750 g	Kartoffeln (mehlig kochend, geschwellt)
150 g	Mehl
50 g	Bärlauchblätter
100 g	Ricotta
1 frisches	Ei
etwas	Muskat
1 TL	Salz

Kartoffeln schälen und durchs Passe-vite in eine Schüssel drehen, Mehl begeben und mischen. Bärlauchblätter zusammen mit dem Ei und dem Ricotta mit dem Mixer pürieren, der Masse beifügen, würzen, gut vermengen. Der Teig sollte nicht mehr kleben. Kugeln formen und auf der bemehlten Unterlage zu ca. 1 cm dicken Rollen formen. Ca. 2 cm grosse Stücke abschneiden, zu Kügelchen rollen und mit der Gabel eindrücken. Ins kochende Salzwasser geben. Die Gnocchi sind gar, sobald sie an die Oberfläche steigen.

Zitronenrahmsauce:

1 EL	Butter
1	Schalotte
1	Zitrone, Bio
2 dl	Saucen-Halbrahm
2 EL	Parmesan
	Salz
	Pfeffer

Butter in einer Pfanne warm werden lassen, die kleingeschnittenen Schalotten andämpfen, den Zitronenschalenabrieb sowie den Saft und den Rahm dazugiessen, einige Minuten köcheln lassen. Würzen und den Parmesan dazugeben, gut vermischen.

Bundrüebli:

1 Bund	Rüebli
100 g	Butter
2 EL	Zucker
1 l	Salzwasser

Rüebli schälen, ein wenig vom Strunk stehen lassen, im Salzwasser 5 Minuten köcheln lassen, abgiessen. Butter in die Pfanne geben, schmelzen lassen und den Zucker dazugeben, bis dieser ebenfalls schmilzt. Rüebli begeben, in der Pfanne wenden, bis die die Rübeli rundherum glasiert sind.

Frühlingsalat:

1	Eichblattsalat
1 Handvoll	Sprossen
einige	Radiesschen
1 Handvoll	Essbare Blüten (Hornveilchen, Schlüsselblume, Ringelblume, Löwenzahn etc.)

Salat gut waschen und auswringen, Radiesschen schneiden, Sprossen und essbare Blüten dazugeben. Dazu passt ein Dressing aus 2 EL Essig, 1 EL Öl, Salz, Pfeffer und einem Spritzer Zitronensaft.

BÄRLAUCH – DER WÜRZIGE ALLESKÖNNER

Dieses tolle Kraut hat nur eine kurze Saison von Mitte März bis Mitte Mai, in welcher die Blätter geerntet werden. Danach geht Bärlauch in die Blüten- und Samenbildung über. Es gibt viele Möglichkeiten, frische Bärlauchblätter zuzubereiten: Als Suppe (z.B. in Gemüse- oder Kartoffelsuppe), im Salat, fein geschnitten zu Gemüse-, Teigwaren- oder Blattsalaten. Als Gewürz in Kräuterquark, Kräuterbutter und allen Gerichten, zu denen auch Knoblauch passt. Auch Pastasaucen verleiht das Frühlingskraut eine würzige Note.