



**Zeitaufwand:**  
jeweils 15 Minuten



## Zutaten **Bärlauch-Butter**

- 250 g weiche Süßrahmbutter
- ein Bund Bärlauch
- (vom Markt sind das ca. 150 g)
- ein Teelöffel Meersalz
- Frischhaltefolie, Alufolie

**Tipp von meiner Tochter Esther:**  
*Die noch weiche Butter in eine Spritztüte füllen.  
In passenden Portionen auf Backpapier spritzen.  
Einfrieren und dann in Tüten aufbewahren.  
So hat man sich einen Jahresvorrat bereitet.  
Die zipfigen Portionen sehen nicht nur hübsch aus, sie können auch nach Bedarf entnommen werden.*

## Zutaten **Bärlauch-Pesto**

- 150 g Bärlauch
- 100 g Walnuss-Kerne, Cashew- oder Pinienkerne
- sehr gutes natives Oliven-Öl
- frisch geriebener Parmesankäse!
- 250 ml Schraubglas

**Tipp**  
*Die Gläser kann man auch einfrieren.  
Dafür nehme ich dann kleinere Gläser, also statt großer Marmeladengläser,  
die Größe 100 oder 120 ml.  
Die werden nach dem Auftauen auch direkt aufgebraucht*

## **Bärlauch-Butter**

- Den Bärlauch gründlich waschen, sehr gut trocknen schütteln und sehr fein schneiden
- Mit der weichen Butter (Zimmertemperatur reicht aus) und dem Salz mischen bis eine hellgrüne homogene Masse entsteht.
- Das geht am einfachsten mit einem Handrührgerät.
- Mit Frischhaltefolie eine Rolle von ca. 4 cm Durchmesser formen. Fest verschliessen und dann noch mal in Alufolie einrollen.
- Mindestens über Nacht kaltstellen.
- Danach scheibchenweise zu gebratenem Fisch, Fleisch oder gedämpften Kartoffeln reichen – oder siehe **Tipp!**



## **Bärlauch-Pesto**

- Die Nüsse möglichst klein hacken und ohne Fett in einer großen Pfanne rösten. Dabei aufpassen, dass sie nicht anbrennen. Abkühlen.
- Den Bärlauch sehr gründlich waschen, sehr gut trocknen schütteln und mit den Stielen sehr fein schneiden.  
Je weniger Wasser mit in den Pesto kommt, umso länger ist er haltbar.
- Nicht hacken, dabei geht sehr viel vom Aroma verloren.
- Zusammen mit den Nüssen in ein hohes Gefäß, einen Mixbecher, geben. Soviel Olivenöl dazugeben, dass alles gut bedeckt ist.  
Mit dem Stabmixer kurz aufmixen.
- Jetzt löffelweise nach und nach den geriebenen Parmesan einrühren – nicht mehr mixen. Das Olivenöl könnte bitter werden.  
Es entsteht eine geschmeidige Masse. Wenn diese zu fest scheint, noch etwas Olivenöl dazu, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.
- Abschmecken. Mit Pfeffer und Meersalz den Geschmack abrunden.
- In kleine heiß ausgespülte Twist-off-Gläser abfüllen.  
Die Gläser nicht bis zum Rand füllen. Etwa 4 bis 5 mm leer lassen und mit Olivenöl auffüllen.  
Muss komplett mit Öl bedeckt sein, dann hält sich der Pesto sehr lange.  
Kühl, trocken und lichtgeschützt bis zum Verzehr aufbewahren.
- Wenn Pesto entnommen wurde, mit einem sauberen Löffel glatt streichen und Öl nachfüllen.

[Zurück zum Blog:  
opaskitchen.blog](#)