



Bärlauchöl Rezept. 2

★★★★★

Öle

Vorbereitungszeit: 30 Min. **Gesamtzeit:** 30 Min. **Schwierigkeitsgrad:** Leicht

Portionen: 1 Liter **Quelle:** malteotten.de

ZUTATEN

100 g Bärlauch

1 Liter Öl (Rapsöl)

NÄHRWERT

Calories: 8063 kcal

Serving Size: 1

ZUBEREITUNG

Bärlauch waschen und sehr gut trocken schleudern, in einen Blender geben (Mixer für Shakes) und dann mit ca. einem 1/4 l Rapsöl feinstmöglich zerkleinern.

In eine alte Flasche füllen ich nehme dafür gerne ne alte Milch oder Saftflasche, Volumen 1 l, mit Rapsöl auffüllen und mit dem Deckel verschließen. Beim Auffüllen spüle ich die letzten Reste Bärlauch mit dem Öl aus dem Blender. Täglich durchschütteln und nach 4

Tagen bis einer Woche über ein Sieb, ausgelegt mit 2 Lagen Küchenpapier, filtrieren.

In saubere Flaschen abfüllen und für Dressings und Marinaden verwenden. Ich verwende für solche Öle gerne Rapsöl, da es sehr lange gelagert werden kann ohne ranzig zu werden oder auszuharzen.

Bärlauchöl muss unbedingt dunkel gelagert werden, da es sonst seine grüne Farbe verliert.