

ZUKUNFTS-REZEPT

BÄRLAUCHKNOSPEN EINLEGEN

Zutaten

- 120 g frisch gesammelte Bärlauchknospen (geschlossen)
- 250 ml Essig (Weißwein- oder Apfelessig)
- 1 EL Honig
- 1 TL Salz
- (optional) 8 Pfefferkörner
- (optional) 2 Lorbeerblätter



Zubereitung

Die Bärlauchknospen waschen, mit einem sauberen Küchentuch trocken tupfen und mit den Pfefferkörnern und dem Lorbeerblatt auf 2 sterilisierte Gläser verteilen.

Den Essig mit dem Honig und dem Salz in einen Topf geben und aufkochen. Den Sud 3 Minuten weiter köcheln lassen und anschließend heiß über die Knospen gießen. Die Gläser sofort verschließen, auf den Kopf stellen und abkühlen lassen.

Die abgekühlten Gläser in den Kühlschrank stellen und die Bärlauchkapern für 2–3 Wochen durchziehen lassen. Im Kühlschrank gelagert sind sie etwa 6 Monate haltbar.