

Informationen zur Sendung vom 21.03.2025

Partybrot mit Bärlauch

Von Ulla Scholz

Zutaten für 5 – 6 Portionen

1 dickes Fladenbrot
1 Bund Bärlauch
50 g getrocknete Tomaten
150 g Kirschtomaten
Handvoll Oliven
100 g Frühstücksspeck oder Schinken
150 g Schafskäse
Ca. 50 ml Olivenöl
1 rote Zwiebel
40 g Walnüsse
Salz
Pfeffer

Zubereitung

Zunächst einige Vorbereitungsarbeiten: Die getrockneten Tomaten in heißem Wasser 15 Minuten einweichen. Anschließend zum Abtropfen auf ein Gitter oder Küchenpapier legen und in Stücke schneiden. Die Bärlauchblätter grob hacken, dann mit Olivenöl, Salz und Pfeffer pürieren. Die Zwiebel schälen und in feine Ringe teilen. Die Kirschtomaten halbieren und den Schafskäse würfeln.

Für die Füllung das Fladenbrot halbieren und die beiden Hälften mit Bärlauchöl bestreichen. Nach Gusto eine Hälfte mit aufgewickelttem Speck (das sieht dann aus wie eine Blüte), Oliven und Tomatenstücken belegen. Auf die andere Hälfte kommen Schafskäsewürfel, Oliven, eingelegte Trockentomaten und Kirschtomaten. Lecker und hübsch sind rote Zwiebelringe und Walnüsse, mit denen das Ganze garniert wird.

Die Fladen für circa zehn Minuten bei 180 Grad im Backofen rösten.

Anrichten

Das Gericht auf einem Brett oder einer Platte anrichten und im Ganzen auf den Tisch stellen. Anschließend wie ein Kuchen in passende Stücke schneiden.

Informationen zur Sendung vom 21.03.2025

Partybrot mit Bärlauch

Von Ulla Scholz

Ullas Küchentipps

Der Einkauf

1 Fladenbrot zu 1,99 Euro; 1 Bund Bärlauch zu 2,00 Euro (Sammeln ist kostenfrei); 50 g getrocknete Tomaten zu 1,00 Euro; 150 g Kirschtomaten zu 1,50 Euro; Handvoll Oliven zu 2,00 Euro; 150 g Frühstücksspeck zu 1,99 Euro; 150 g Schafskäse zu 2,30 Euro; etwas Olivenöl zu 2,00 Euro; einige Walnüsse zu 0,50 Euro; 1 Zwiebel zu 0,10 Euro.

Pro Portion: circa 2,23 Euro.

Es wird noch preiswerter, wenn wir Reste verarbeiten, die ohnehin weg müssen, und den Bärlauch selbst sammeln.

Kleine Abwandlungen

Ähnlich wie bei Pizza sind hier viele Variationen möglich. Es gibt unterschiedliche Fladenbrotformen, die aber immer etwas dicker sein sollten, damit man sie quer aufschneiden kann. Oft findet eine sinnvolle Resteverwertung statt, wo zum Beispiel auch trockene, geriebene Käseenden wieder gut schmecken. Ist die Bärlauchsaison vorbei, wird ein Kräuteröl aus Basilikum oder Rucola mit etwas Knoblauch gemixt, um damit die Brothälften zu trinken. Ob Kapern, Thunfisch, Sardellen, Kochschinken, Salami oder gegrillte Auberginen und Zucchini – das belegte und gebackene Fladenbrot ist ein Allrounder und trifft mit seinen Variationsmöglichkeiten fast jeden Geschmack.

Bärlauch sammeln

Wildkräuter an abgelegenen Stellen sammeln, gut abwaschen und in einer Salatschleuder trocknen. Am besten schmecken Kräuter, wenn sie noch vor der Blüte geerntet werden. Vorsicht bei giftigen Doppelgängern: Bärlauchblätter nicht mit Maiglöckchen verwechseln! Bärlauch riecht sehr intensiv nach Knoblauch, wenn wir die Blätter zwischen den Fingern zerreiben. Das Maiglöckchen hat zudem sehr feste Blätter. Wer keinen Bärlauch im Garten hat und beim Wildsammeln unsicher ist, kauft besser abgepackten Bärlauch im Lebensmittelgeschäft oder auf dem Wochenmarkt.

Gutes Gelingen und viel Vergnügen wünscht Ihnen Ulla Scholz!