

Bärlauch-Rub

Vorbereitung 5 Min, Gesamt 2 Std. 10 Min, 1 Schraubglas

Zutaten

- Zitronenschale, unbehandelt (1 x 4 cm), dünn abgeschält 6 Streifen
- Bärlauchblätter, frisch halbiert 50 g
- Knoblauchzehen 2
- Zwiebel halbiert 30 g
- grobes Meersalz 1 TL
- Senfkörner 1 TL
- brauner Zucker 2 TL
- Pfefferkörner, bunt 1 TL

Zubereitung

1. Backofen auf 80°C vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen.
2. Zitronenschale, Bärlauch, Knoblauch und Zwiebel in den Mixtopf geben, 5 Sek./Stufe 8 zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.
3. Erneut 5 Sek./Stufe 8 zerkleinern. Mischung auf dem vorbereiteten Backblech verteilen, ca. 2 Stunden (80°C) trocknen lassen, dabei zwischendurch mehrfach wenden, und abkühlen lassen.
4. Getrocknete Bärlauchmischung, Salz, Pfefferkörner, Senfkörner und Zucker in den Mixtopf geben und 15 Sek./Stufe 6 zerkleinern. Bärlauch-Rub in ein Schraubglas umfüllen, kühl und dunkel aufbewahren und nach Bedarf verwenden.

Tipps

- Der Bärlauch-Rub passt gut zu Lammfleisch, Steaks, aber auch Geflügel und Schafskäse.

Hinweis

Die feuchte Menge wiegt ca. 18 g. Die trockene Menge wiegt ca. 50 g. Schaut euch mein Video dazu an