

FRUMA's

NEUHEIT

IM MONAT APRIL

Qualität

1. Qualität

Herkunft

Südtirol, Italien und Rumänien je
nach Verfügbarkeit



*„Lasst eure
Heilmittel
Nahrungsmittel
sein und eure
Nahrungsmittel
Heilmittel.“*

Hippokrates von Kos

DIE VIELFALT DES BÄRLAUCHS

Der Bärlauch ist eine Pflanzenart welcher vorwiegend in Europa und Teilen Asiens vorkommt. Er ist mit dem Schnittlauch, Zwiebel und dem Knoblauch verwandt. Dem Bärlauch werden einige gesundheitsfördernde Eigenschaften nachgesagt: Der Bärlauch wirkt anregend auf den Appetit, treibt die Gallenproduktion an und wirkt allgemein fördernd auf die Verdauung. Zudem senkt der Bärlauch den Cholesterinspiegel. In der Küche ist der Bärlauch in der Saison ein geschätzter Geschmacksbegleiter. Die Vielfältigkeit des Bärlauchs in der Küche findet sich in den vielen verschiedenen Variationsmöglichkeiten, beispielsweise als Pesto oder als Würzmittel in Butter, Topfen, Nudeln oder in Suppen. Bärlauch kann getrocknet, frisch zubereitet, eingefroren oder eingelegt werden.

SAISONSPRODUKT

Rezeptideen

SELBSTGEMACHTES BÄRLAUCHBROT MIT BÄRLAUCHBUTTERAUFSTRICH

Würzig, überraschend scharf und zugleich frühlingshaft frisch.

BÄRLAUCH GNOCCHI MIT GARNELENSPIEß

Mediterranes Hauptgericht mit eindrucksvollen Geschmackserlebnis.

BÄRLAUCH MÜRBTIEG TASCHEN MIT FRISCHKÄSE UND FRÜHLINGSGEMÜSE

Das etwas andere Dessert.

