

Rezept

Bärlauch-Joghurt-Aioli mit Gemüsesticks

Ein Rezept von Bärlauch-Joghurt-Aioli mit Gemüsesticks, am 09.06.2026

Zutaten

| | |
|---------------------------------------|--|
| 2 frische Eigelbe (zimmerwarm) | Salz |
| frisch gemahlener Pfeffer | 1 EL frisch gepresster Limettensaft |
| 200 ml Olivenöl (zimmerwarm) | 2 EL Vollmilch-Joghurt |
| 50 g Bärlauch | 3 mittelgroße Möhren |
| 1 Kohlrabi (ca. 300 g) | 1/2 Salatgurke |
| 1 Bund Radieschen | |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 545 kcal

Zubereitung

1. Die Eigelbe, 1 Msp. Salz und Pfeffer in einem Rührbecher mit dem Handrührgerät ca. 1 Min. auf höchster Stufe schaumig schlagen. Limettensaft unterrühren. Dann unter ständigem Rühren das Öl zuerst tröpfchenweise zugeben. Wenn die Masse beginnt dicklich zu werden, das Öl in einem dünnen gleichmäßigen Strahl zugießen.
2. Joghurt zügig unter die fertige Aioli rühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bärlauch waschen, trocknen und putzen, sehr fein hacken und unterrühren. Dann nochmals abschmecken und bis zum Servieren kühl stellen.
3. Das Gemüse waschen, putzen, bzw. schälen. Möhren, Kohlrabi und Gurke in längliche Stücke schneiden. Gemüse und Aioli anrichten. Dazu schmecken Brotchips.