

Rezept

## Bärlauch-Schinken-Sahne

Ein Rezept von Bärlauch-Schinken-Sahne, am 09.06.2026

### Zutaten

<b>100 g</b> Bärlauch (ersatzweise Rucola oder Blattspinat)	<b>200 g</b> Sahne
<b>4</b> Frühlingszwiebeln	<b>100 g</b> gekochter Schinken
<b>2 EL</b> Butter	<b>100 ml</b> Noilly Prat, trockener Weißwein oder Gemüsebrühe
Salz	Pfeffer
<b>3 TL</b> Zitronensaft	

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 255 kcal

### Zubereitung

1. Den Bärlauch waschen, trockenschütteln und fein hacken. Mit der Sahne im Blitzhacker oder in der Küchenmaschine fein zerkleinern.

---

2. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und mit dem knackigen Grün in feine Ringe schneiden. Den Schinken ohne den Fettrand fein würfeln. Butter zerlassen und die Zwiebelringe mit dem Schinken darin andünsten. Mit Noilly Prat, Wein oder Brühe ablöschen und 1-2 Min. aufkochen lassen.

---

3. Bärlauchsahne angießen und aufkochen. Mit Salz, Pfeffer und dem Zitronensaft abschmecken.