

Rezept

# Bärlauch-Speck-Datteln

Ein Rezept von Bärlauch-Speck-Datteln, am 09.06.2026

## Zutaten

**24** Mandeln  
**12 Scheiben** Frühstücksspeck (Bacon)  
**100 g** Bärlauch  
**24** getrocknete, entkernte Datteln

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 360 kcal

## Zubereitung

1. Die Mandeln in einer Pfanne ohne Fett unter Rühren goldbraun rösten. Herausnehmen und etwas abkühlen lassen. Backofen auf 200° vorheizen.
2. Inzwischen Bärlauch waschen, putzen und ca. 24 Blätter trockentupfen. Die Speckscheiben quer halbieren. Je 1 Dattel mit einer Mandel füllen und mit je einem Blatt Bärlauch und einer halben Scheibe Speck umwickeln. Dabei Bärlauchblätter evtl. einmal längs falten. Mit Holzspießchen feststecken.
3. Die Speckdatteln auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech im Ofen (Mitte, Umluft 180°) 10-12 Min. goldbraun braten, dabei einmal wenden.