

Rezept

Bärlauchplinsen

Ein Rezept von Bärlauchplinsen, am 09.06.2026

Zutaten

220 ml Milch	1/2 Würfel Hefe (ca. 21 g)
1/2 TL Zucker	50 g weiche Butter
2 Eier (M)	250 g Magerquark
250 g Mehl	Salz
Pfeffer	3 Msp. edelsüßes Paprikapulver
1 Bund Bärlauch (ca. 60 g)	Butterschmalz zum Braten

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 455 kcal

Zubereitung

1. Die Milch lauwarm erhitzen. Die Hefe in ein Schälchen bröckeln, den Zucker und ein Drittel der Milch dazugeben und leicht verrühren. Den Hefeansatz zugedeckt an einem warmen Ort 15 Min. gehen lassen.
2. Die Butter mit den Schneebesen des Handrührgeräts cremig rühren. Die Eier nacheinander hineingeben und gründlich unterrühren, dann den Quark sorgfältig unterheben. Mehl mit gut 1/2 TL Salz, Pfeffer und Paprikapulver mischen und auf die Buttermasse geben. Übrige möglichst lauwarmer Milch und Hefeansatz dazugeben und gründlich unterrühren. Den Teig zugedeckt ca. 30 Min gehen lassen.
3. Inzwischen den Bärlauch abbrausen und trocken schütteln, die Stiele abschneiden und die Blätter in feine Streifen schneiden. Bärlauch unter den gegangenen Teig rühren. Reichlich Butterschmalz in einer beschichteten Pfanne schmelzen. Den Teig esslöffelweise mit etwas Abstand zueinander in die Pfanne geben und leicht zu kleinen Küchlein verstreichen. Die Plinsen bei mittlerer Hitze braten, bis sie auf der Oberseite fast fest und an den Rändern leicht gebräunt sind. Dann wenden und auch die zweite Seite goldbraun backen. So den gesamten Teig verarbeiten, fertige Bärlauchplinsen eventuell im Backofen bei 60° warm halten.