

Rezept

## Bärlauchsalat aus der Pfanne

Ein Rezept von Bärlauchsalat aus der Pfanne, am 10.06.2026

### Zutaten

<b>400 g</b> Hüttenkäse	Salz
Pfeffer, frisch gemahlen	<b>4</b> kleine Zwiebeln
<b>2</b> rote Paprikaschoten	<b>200 g</b> Kirschtomaten
<b>300 g</b> Austernpilze	<b>400 g</b> Bärlauch
<b>4 EL</b> Olivenöl	<b>8 EL</b> Balsamico bianco
<b>4 EL</b> Honig	

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** 4 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 305 kcal

### Zubereitung

1. Hüttenkäse mit Salz und Pfeffer würzen. Zwiebeln schälen und in breite Spalten schneiden. Paprika putzen, waschen und grob würfeln. Tomaten waschen und halbieren, Pilze putzen und in grobe Streifen schneiden. Bärlauch waschen, die Stiele abschneiden und die Blätter grob schneiden.
2. Öl erhitzen. Zwiebeln, Paprika und Pilze darin bei starker bis mittlerer Hitze unter Rühren 2-3 Min. braten. Die Tomaten untermischen, mit Essig ablöschen. Mit Honig, Salz und Pfeffer würzen.
3. Bärlauch untermischen und alles kurz weiterbraten. Dann sofort auf Teller verteilen und den Hüttenkäse in die Mitte setzen.