

Rezept

Knoblauchöl

Ein Rezept von Knoblauchöl, am 29.06.2026

Zutaten

3 Knoblauchzehen

100 ml Rapsöl

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 kleines Glas (100 ml) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 930 kcal, 100 g F, 10 g KH

Zubereitung

1. Knoblauch schälen und mit dem Messerrücken andrücken. Die Knoblauchzehen in ein sterilisiertes Schraubglas oder eine kleine Flasche geben und mit dem Öl auffüllen.

2. Das Knoblauchöl verschlossen im maximal 8° warmen Kühlschrank 24 Std. ziehen lassen. Es hält sich 2-3 Wochen. Zum Servieren etwas Knoblauchöl über die angerichteten Ramen träufeln.