

# Bärlauch ohne Bauchweh

Wenn die frischen Bärlauchblätter am Waldboden leuchten, ist der Knoblauch vom Vorjahr endgültig verholzt und nur noch bitter. Bis neuer, saftiger Knoblauch erhältlich ist, dient Bärlauch als Ersatz – mit allem Drum und Dran, wenn auch etwas weniger heftig. Man kann die ganze Pflanze brauchen und verwendet sie wie eine Frühlingszwiebel, die ja auch ein Allium-Gewächs ist.

Zum Beispiel für Spaghetti aglio e olio: Den ganzen Bärlauch in Ringe und Streifen schneiden; in der Bratpfanne etwas Olivenöl erhitzen, Bärlauch hineingeben und dazu je nach Schärfbedarf etwas getrocknete Chiliflocken, alles kurz rührbraten und mit den al dente gekochten Spaghetti vermischen.

Pasta allein schmeckt langweilig, sie braucht Würze und bietet ein breites Spektrum an Möglichkeiten. Im Maghreb zum Beispiel haben europäische Einwanderer wie auch Kolonisatoren andernorts im Verlangen nach den Geschmäckern der Heimat oft improvisieren müssen; daraus sind Rezepte entstanden, die eine eigene Kategorie bilden, die Cuisine coloniale. Etwa die folgende Spaghetti-Variante, die ganz offensichtlich aus der Situation kreiert worden ist – gekocht nach der Erinnerung, die im Kopf abrufbar ist, mit den Produkten, die im Moment greifbar sind.

## Spaghetti à l'algéroise

2 Knoblauchzehen und einen kleinen Bund Petersilie hacken (oder beides durch etwas mehr Bärlauch ersetzen, in feine Streifen geschnitten). Wasser aufsetzen, 500 g Spaghetti al dente kochen.

In der Zwischenzeit 2 EL Olivenöl erhitzen und darin 200 g geräucherte Speckwürfel anbraten, dann Hitze reduzieren, zudecken und bei minimaler Hitze köcheln lassen. Ein paar Minuten bevor die Spaghetti gar, sind Knoblauch respektive ein Drittel der Bärlauchstreifen mit dem Speck verrühren.

Die Spaghetti abtropfen lassen, mit etwas Olivenöl vermengen, den Speck daruntermischen, 200 g geriebenen Gruyère und Petersilie bzw. die restliche Bärlauchstreifen dazugeben. Alles vermischen, servieren.

Besonders gerne und häufig wird mit Bärlauch Pesto fabriziert. Das Kraut eignet sich als Beigabe in einen gemischten Blattsalat, zum Färben von Spätzliteig, als Risotto-Ingredienz oder für Suppen – aber auch zum Experimentieren mit fremdländischen Küchen. Das folgende Rezept ist die Bärlauch-Variation eines Thai-Gerichts:

## Neua pat bai grapao

*Pfannengerührtes Rindergehacktes mit Chilis und Basilikum* Zuerst Thaibasilikum von den Stielen zupfen, bis man eine schön gefüllte Handvoll hat; beiseite stellen. 3 Knoblauchzehen oder eine adäquate Menge Bärlauchblätter, 2 lange Chilis und 4 Vogelaugenchilis hacken, mit 3 EL Bouillon, 2 EL salziger Sojasauce und 1 EL süsser Sojasauce vermischen.

100–150 g Hackfleisch (am besten Rind) heiss anbraten, mit etwas Salz würzen, den austretenden Fleischsaft fast ganz verdampfen lassen. Würzgemisch dazugeben, gut verrühren, einreduzieren. Kurz vor dem Servieren die Basilikumblätter darunterrühren.

Tipp: Genügend Blätter nehmen! Sie sorgen für den charakteristischen Geschmack (in den meisten Thai-Shops gibt es frischen Thaibasilikum). Dieses rustikale Pfannengericht serviert man mit reichlich gedämpftem Parfümreis und, einer Schale Fischsauce, die mit fein geschnittenen Chilis, Knoblauch und einem Spritzer Limettensaft gewürzt ist.

*(Tagesanzeiger/imh)*