



*Kräuter im Alltag*  
*Yvette Schneider*



# Bärlauch Kapern

1

*Sammeln sie so viele Bärlauch Knospen, mit Stängel, wie in ihr Glas gehen.  
Ich habe 5 Gläser à 200ml gefüllt.*

*abspülen, trocken tupfen und in die Gläser füllen. Ruhig gut füllen dass sie schön voll sind.*

*50 g Zucker  
1 Teelöffel Salz  
10 Pfefferkörner  
800 ml weisser Essig  
200 ml Wasser*

*4 Wochen dunkel stehen lassen. Nun zu Raclette, Käseplatte oder Salat geniessen.*

*Den Zucker in der Pfanne karamellisieren. Dann das Salz und restlichen Zutaten dazugeben. Aufkochen*

*Nun heiss über die Knospen giessen und die Gläser sofort verschliessen. Beschriften*

**Zutaten:**  
**Für 5 x 200ml**  
800 ml Balsamicoessig weiss  
50g Zucker  
10 Pfefferkörner  
1 Teelöffelsalz  
Bärlauchknospen



