

Rezept

Lauchgemüse

Lauch gilt zwar als lagerfähiges Gemüse, man sollte aber beim Einkauf demungeachtet unbedingt auf die Frische Wert legen! Die Stangen müssen fest und prall sein. Der Geschmack von altem Lauch ist muffig, die Zähigkeit der Fasern ist enorm, man kaut darauf herum wie auf alten Ledersohlenresten. Diesen speziellen Genuß sollte man sich besser für Kriegs- und Nachkriegszeiten aufbewahren.

Fühlt sich der Lauch eher weich und leicht getrocknet an, sollte man lieber darauf verzichten, denn er kann dann strohig und bitter sein oder gar nach Petroleum schmecken.

Vorbereitung

2 kg Lauch (siehe [Blick in die Küche](#))

Lauch putzen und waschen

Das Putzen geht folgendermaßen vor sich:

Unten die Wurzeln abschneiden. Oben soweit das Grüne abschneiden bis zur Stelle, wo das allererste Hellgrün anfängt. Es soll nur Weißes mit allererstem Hellgrün übrigbleiben von der Lauchstange.

Dann die Lauchstange von oben bis unten längs einritzen und zwar in einer Tiefe nicht ganz bis zur Mitte (d.h. nicht ganz bis zur Hälfte des Querschnitts). Dann die äußere Schicht abmachen. Falls die nächste Schicht ausgetrocknet und ledrig wirkt, diese auch noch entfernen, bis der Lauch einen zarten Eindruck macht. Vgl. Foto „[Blick in die Küche](#)“.

Geputzten Lauch waschen:

Manchmal ist Erde oder Sand zwischen den äußeren Blattschichten. Diese unter fließendem Wasser ausspülen, indem die Lauchstange an der eingeritzten Seite etwas geöffnet wird. (Deswegen wurde der Lauch *ein Drittel bis maximal zur Hälfte* des Querschnitts eingeritzt, um den Waschvorgang auf die beschriebene Weise bewerkstelligen zu können.)

Gewaschenen Lauch in einem Durchschlag abtropfen lassen und dann in 6-10cm lange Stücke schneiden. Vgl. Foto „[Blick in die Küche](#)“.

Zubereitung

2 EL [Olivenöl](#)

in einer Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen. (Die Pfanne sollte einen Deckel besitzen, siehe weiter unten.)

<p>Vorbereitete Lauchstücke hineingeben und kurz von beiden Seiten andünsten - sie sollen dabei nicht braun werden, sonst werden sie hart.</p>	
<p>Salz, Pfeffer ca. ½ gestr. Teelöffel gekörnte Brühe</p>	<p>Die Lauchstücke in der Pfanne damit bestreuen. Vgl. Foto „Blick in die Küche“.</p>
<p>1 EL Wasser</p>	<p>dazugeben. Deckel auf die Pfanne und bei niedriger Flamme garen (dauert ca. 10 Min.)</p>
<p>ca. 1 gestr. EL Bresso (oder anderer Kräuter-Frischkäse z.B. Boursin)</p>	<p>Den gegarten Lauch in der Pfanne mit Bresso einstreichen (je Stück etwa eine Messerspitze). Vgl. Foto „Blick in die Küche“.</p>
<p>3 EL Sahne</p>	<p>dazugießen. Erst aufkochen, dann alles mit Deckel noch 1-2 Min. bei kleiner Flamme köcheln, damit der Käse etwas schmilzt.</p>
<p>1-2 Spritzer Zitronensaft</p>	<p>darübergeben, ohne Deckel noch einmal aufkochen.</p>