

## Das Mai-Rezept 2018 der LandFrauen

Von Annette Herrig vom KreisLandFrauenVerband Nordfriesland e. V.  
<http://www.klfv-nf.de>

Es ist Bärlauchzeit – und was ist da naheliegender, als die Zeit zu nutzen, um mit Bärlauch leckere Gerichte zu kochen.

### *Die schnelle Bärlauchsuppe*



#### Zutaten:

- 1 l Gemüsebrühe (am besten selbst hergestellte Gemüsebrühe)
- 1-2 Bund Bärlauch
- 1 Zwiebeln
- 1-2 Packungen Schmelzkäse
- Pfeffer
- Sahne
- Krabben

#### Zubereitung:

Zwiebeln und Bärlauch kleinschneiden und in Butter oder Olivenöl andünsten.

Die Gemüsebrühe, den Schmelzkäse dazu geben und alles leicht köcheln lassen.

Zum Schluss geben Sie – je nach Geschmack – die Sahne dazu.

Ich koche die Suppe einen Tag vorher, dann dickt die Suppe noch nach. Falls nicht, müssen Sie sie etwas mit Schwitze andicken.

Auf die Bärlauchsuppe geben Sie frisch gepuhlte Nordseekrabben. Dazu reichen Sie Bärlauchbutter – selbst hergestellt – mit knusprigem Baguette.

Guten Appetit!