

Lauch

Andere sagen Porree zu ihm. Und diese "Zweideutigkeit" setzt sich in einigen Eigenschaften des Zwiebelgewächses fort.



Der Lauch (oder Porree) hat zwei geschmackliche Richtungen, verborgen in den beiden Enden seiner Stange: das eine ist weiß, fein, zart und süßlich-scharf, das andere dagegen grün, fest, brennend und kraftvoll-derb. Ebenso unterscheiden wird den Lauch nach zwei Haupterntezeiten. Von Juni bis September kommt der mildere, zartere Sommerlauch mit langem, schmalem Schaft auf den Markt (vorher gibt es nur dünnen Bundlauch aus Frühlkulturen unter Glas oder Folie). Und vom September bis zum nächsten Frühjahr wird der kräftigere, härtere und schärfere Herbst- bzw. Winterlauch mit dickem, kurzem Schaft angeboten. Der Schaft bleibt übrigens nur deshalb weiß und zart, weil er beim Wachsen immer wieder mit Erde angehäufelt wird. Deshalb so viel Erdiges im Innern des Lauchs, was etwas umständlich wieder rausgewaschen werden muss.

Verwendung:

Ein dickes Butterbrot mit rohen Lauchringen (vom Sommerlauch, sonst wird's zu scharf) lässt Aroma und Kraft der Zwiebelpflanze schmecken. Das bändigen süßliche Beigaben wie Möhren, Orangen, Äpfel oder Rosinen z. B. im Lauchsalat. Ein echtes Dreamteam bilden Lauch und Kartoffel. Die zwei gehen gemeinsam durch Topf und Pfanne. Doch so eine Lauchstange mag's auch mal mit Sellerie, Tomaten, Champignons, Schinken, Geflügel – und gehört in jedes anständige Bund Suppengrün.

Hitze macht zumindest den weißen Lauchanteil milder und süßer. die grünen Teile erhalten sich hingegen länger ihre Herbheit. Wie viel Grün man vom Lauch mit abschneidet, legt die Würze des Essens fest. Im Zweifel sollten die groben Außenblätter so wie die dunkelgrünen Enden in die Bio-Tonne. So oder so: Guter Lauch leuchtet weiß und grün, hat feste Blattspitze und ist in sich kompakt

Aufbewahrung:

Fünf Tage bleibt junger Lauch im Gemüsefach des Kühlschranks oder im kühlen Keller frisch, Herbst- und Winterlauch wesentlich länger. Andere Lebensmittel bitte gut vor seinem durchdringendem Aroma schützen! Und wie so viele mag der Lauch keine Äpfel oder Tomaten neben sich, da sie ihn schneller welken lassen.

Unser Video aus der Küchenpraxis: [Lauch richtig putzen und verarbeiten](#).

Und hier finden Sie Rezepte mit [Lauch](#).