



---

## *Knoblauch Butter*

### Knoblauch Butter



Was verbirgt sich hinter der Schwarzen Knoblauch Knolle?

In der Küche fungiert der schwarze Knoblauch als Geschmack Verstärker. Sehr beliebt als Knoblauch Butter, in Sausen, Mayonnaise, Brotaufstrichen und viel mehr.

Der Knoblauch ist in der täglichen Küche ein muss. Der Knoblauch verfeinert und würzt zahlreiche Gerichte. In mediterranen Gerichten ist die weiße Knolle unverzichtbar. **Den Knoblauch gibt nicht nur als Weiße Knolle, sondern jetzt auch in Schwarz!**

Schwarzer Knoblauch ist keine neue exotische Knoblauchsorte, sondern fermentierter weißer Knoblauch. Die frischen Knoblauchknollen werden bei etwa 70 C und bei hoher Luftfeuchtigkeit mehrere Wochen in einem luftdichten Raum ruhen gelassen. So findet ein natürlicher Prozess der Fermentation statt. Die Knoblauchzehen färben sich schwarz, auch die Konsistenz und der Geschmack verändern sich.

Der schwarze Knoblauch hat gegenüber von frischem Knoblauch eine geleeartige Konsistenz und einen weniger scharfen und dafür mehr süßlichen Geschmack was auch die Knoblauch Butter im Geschmack verändert und milder macht. Durch die Fermentation verringert sich der Allicingehalt, der Schwefelverbindungen, die den typischen Geschmack von Knoblauch ausmachen. Der Verzehr von schwarzem Knoblauch erzeugt auch keinen unangenehmen Atem Geruch nach Knoblauch.

## **Knoblauch Butter mit Schwarzem Knoblauch selber machen**

Der Black Garlic verleiht gewöhnlichem Knoblauch Butter einen einzigartigen und unvergleichlichen Geschmack. Ausprobieren lohnt sich!

Folgende Zutaten brauchst du für die Zubereitung:

- 1 Knolle schwarzer Knoblauch,
- 150 g Weiche Butter,
- Salz und Pfeffer nach Geschmack.

Die Zubereitung von der Knoblauch Butter ist sehr einfach:

Die Schwarzen Knoblauch Zehen mit der Gabel zerquetschen, mit der Butter gut vermischen und mit Salz und Pfeffer nach Geschmack würzen.

## **Die Wirkung von schwarzem Knoblauch**

Die fermentierten Zehen wirken sich positiv auf die Gesundheit aus! Knoblauch gilt als gesundheitsfördernd, hat eine antivirale, antibakterielle sowie antifungale Wirkung. Außerdem beeinflusst Knoblauch den Blutdruck und die Cholesterinwerte positiv.

Die Inhaltsstoffe von Black Garlic wie der schwarze Knoblauch auch bezeichnet wird!

Die gesundheitsfördernde Wirkung verdankt der Knoblauch dem Allicin als Hauptwirkstoff. Der schwarze Knoblauch enthält aber auch die Vitamine, A, C, E, B1-5, B7 und B9. Durchaus reich an pflanzlichen Eiweißen und Mineralstoffen, vor allem Natrium, Kalium, Calcium, Zink, Eisen, Magnesium und Phosphor.

## Gibt es Nebenwirkungen, welche von schwarzem Knoblauch ausgehen können?

**Welche unerwünschten Wirkungen können bei der Einnahme von schwarzem Knoblauch auftreten?** Schwarzer Knoblauch ist ein Naturprodukt ohne chemische Zusätze, daher sind die Nebenwirkungen sehr gering. Für Personen, welche auf herkömmlichen Knoblauch allergisch reagieren, ist der Verzehr von Black Garlic nicht zu empfehlen.

Fazit.

Eine kulinarische gesunde Köstlichkeit ist fermentierter schwarzer Knoblauch.

In einigen Supermärkten, Feinkostgeschäften und gut sortierten Biomärkten bekommst Du schwarzen Knoblauch. Er soll außergewöhnlich gut schmecken. Auch die gesundheitliche Wirkung kann sich sehen lassen!

In Japan wird der schwarze Knoblauch schon seit Generationen benutzt. Den Geschmack nennen die Japaner „Umami“ auf Deutsch, „köstlicher Geschmack“. Genau so schmeckt der schwarze Knoblauch auch.

Du kannst den schwarzen Knoblauch einfach aufs Brot schmieren oder in der Küche für Rezepte mit Fleisch, Pilzen und Soßen verwenden.

Der Geschmack von schwarzem Knoblauch sollte so süßlich wie möglich, und so weich damit er wie Butter auf das Brot gestrichen werden kann. Die Dauer der Fermentierung sollte bereits ab etwa 3 Wochen abgeschlossen sein, immer wenn die guten Eigenschaften schon vorhanden sind. Der fertige schwarze Knoblauch kann dann von selber weiter fermentieren.

Du kannst dieses Rezept direkt als PDF downloaden, klicke hier

### Knoblauch Butter selber machen



00:00

00:00

Weitere nützliche Links zum Thema Knoblauch Butter findest du hier:

- Was ist Black Garlic? (<https://www.black-garlic.ch/was-ist-black-garlic/>)
- Schwarzer Knoblauch kaufen (<https://www.black-garlic.ch/schwarzer-knoblauch-kaufen/>)
- grdd (<https://www.black-garlic.ch/black-garlic-salz/>)
- Black Garlic herstellen (<https://www.black-garlic.ch/schwarzer-knoblauch-herstellen/>)

---

## *Teilen:*

 Facebook

 Twitter

 WhatsApp

 Email

---

## Mehr beliebte Artikel



(<https://www.black-garlic.ch/knoblauch-butter/>)

**Knoblauch Butter** (<https://www.black-garlic.ch/knoblauch-butter/>)

Knoblauch Butter ~~XXXX~~ 4.9/5 Was verbirgt sich hinter der Schwarzen Knoblauch Knolle? In der Küche fungiert der schwarze Knoblauch als Geschmack Verstärker. Sehr beliebt als Knoblauch Butter, in

**mehr »** (<https://www.black-garlic.ch/knoblauch-butter/>)



(<https://www.black-garlic.ch/knoblauch-eingelegt/>)

**Knoblauch eingelegt** (<https://www.black-garlic.ch/knoblauch-eingelegt/>)

Hast du schonmal selber Knoblauch eingelegt? ~~XXXX~~ 4.6/5 Eingelegte Lebensmittel wie Gewürzgurken, Kapern oder Silberzwiebeln schmecken einfach lecker, aber hast du schon einmal selber Knoblauch eingelegt und gegessen?

**mehr »** (<https://www.black-garlic.ch/knoblauch-eingelegt/>)





(<https://www.black-garlic.ch/schwarzer-knoblauch-wo-kaufen/>)

**Schwarzer Knoblauch wo kaufen** (<https://www.black-garlic.ch/schwarzer-knoblauch-wo-kaufen/>)

Schwarzer Knoblauch wo kaufen Warum wird empfohlen, schwarzen Knoblauch zu kaufen und wo kann man diesen überhaupt kaufen? Empfohlen wird ein Kauf vor allem deshalb, weil dieser so

**mehr »** (<https://www.black-garlic.ch/schwarzer-knoblauch-wo-kaufen/>)



(<https://www.black-garlic.ch/schwarzer-knoblauch-kaufen/>)

**Schwarzer Knoblauch kaufen** (<https://www.black-garlic.ch/schwarzer-knoblauch-kaufen/>)

Schwarzer Knoblauch kaufen Schwarzer Knoblauch kaufen – aber wo? Wenn du in letzter Zeit bemerkt haben solltest, dass schwarzer Knoblauch öfters auf Speisekarten oder in Lebensmittelgeschäften auftaucht, und

**mehr »** (<https://www.black-garlic.ch/schwarzer-knoblauch-kaufen/>)

« 1 2 (<https://www.black-garlic.ch/knoblauch-butter/2/>) 3 (<https://www.black-garlic.ch/knoblauch-butter/3/>) 4 (<https://www.black-garlic.ch/knoblauch-butter/4/>) 5 (<https://www.black-garlic.ch/knoblauch-butter/5/>) 6 (<https://www.black-garlic.ch/knoblauch-butter/6/>) » (<https://www.black-garlic.ch/knoblauch-butter/2/>)

---



---

**Black-Garlic.ch**  
(<https://www.black-garlic.ch/>)

[kontakt@black-garlic.ch](mailto:kontakt@black-garlic.ch)  
(<mailto:kontakt@black-garlic.ch>)

## Informationen

- › Shop(<https://www.black-garlic.ch/shop/>)
- › Rezepte(<https://www.black-garlic.ch/rezepte/>)
- › Über (<https://www.black-garlic.ch/ueber-uns-uns-informationen/>)
- › Blog(<https://www.black-garlic.ch/blog/>)
- › Kontakt(<https://www.black-garlic.ch/kontakt/>)

---

© Black-Garlic.ch All rights reserved. Impressum(<https://www.black-garlic.ch/impressum/>)

Content by SEOLaden.com (<https://www.seoladen.com>)

Black-Garlic.ch  
- 109535094537208)  
Facebook  
Instagram  
Twitter  
@blackgarlic.ch  
blackgarlic.ch