

Kochen

Rezept von Caroline Autenrieth aus der Sendung Kaffee oder Tee vom 31.03.2026

Eingelegter Münsterkäse mit Sesamcrackern
Für 1 Glas, ca. 500 g Inhalt, Cracker, für ca. 2-4 Personen

Zutaten

Für den eingelegten Käse

2 EL Senfkörner
2 Zwiebeln, rot, klein
3 Stiele Estragon
0,5 Bund Kerbel
1 Bund Schnittlauch
350 g Münsterkäse
150 ml Sonnenblumenöl, ca.

Für die Cracker

175 g Haferflocken, fein
75 g Dinkelmehl (Type 630)
35 g Sesamsamen
etwas Salz
etwas Pfeffer
2 EL Olivenöl, ca.
etwas Wasser

Zubereitung

1. **Für den marinierten Käse** die Senfkörner in einer kleinen Pfanne ohne zusätzliches Fett bei mittlerer Hitze anrösten. Senfkörner abkühlen lassen und in einem Mörser anmörsern.
2. Zwiebeln abziehen, halbieren und in feine Scheiben schneiden. Kräuter abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden, bzw. in Röllchen schneiden. Käse in Stücke schneiden, mit Senfkörnern, Zwiebelringen und Kräutern in ein weites Glas schichten. Mit Öl auffüllen und mindestens 8 Stunden, besser mehrere Tage, bei Zimmertemperatur ziehen lassen.
3. **Für die Cracker** Haferflocken, Dinkelmehl, Sesam, Salz, Pfeffer und Öl in einer Rührschüssel mischen. Wasser nach und nach zugeben und zu einem glatten Teig verkneten. Ist der Teig zu bröselig noch nach und nach noch etwas Wasser zugeben.
4. Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Den Teig auf dem Blech ca. 2 mm dünn ausrollen. Mit einem Teigradchen oder Messer in unregelmäßige Stücke schneiden. Im heißen Backofen ca. 12-15 Minuten knusprig backen. Herausnehmen und abkühlen lassen.
5. Käse abtropfen lassen, mit Zwiebeln und etwas Einlegeöl auf Tellern anrichten. Cracker dazu reichen. Dazu passt grüner Salat.

Das Video zum Rezept finden Sie hier:

<https://www.swr.de/video/sendungen-a-z/kaffee-oder-tee/rezept-eingelegter-muensterkaese-mit-sesamcrackern-100.html>

Bitte beachten Sie, dass unsere Videos eine Sichtbarkeit von 2 Jahren haben und nach Ablauf der Frist nicht mehr zu finden sind.