

Wildkräuter - Rezeptesammlung

Schüttelbutter mit Knoblauchsrauke

1. Die Sahne in ein sauberes Schraubglas geben.
Gehackte Knoblauchsrauke und Salz zugeben.
2. Das Glas gut verschließen und kräftig schütteln.
Die Sahne wird zuerst cremige Schlagsahne.
3. Die Sahne noch weiter schütteln. Dabei sammelt sich dann das Fett zu einem Butterklumpen.
4. Diesen Klumpen durch ein Sieb abschütten und ihn gut ausdrücken;
übrig bleibt die Buttermilch.

Brotaufstrich „Winter ade“

(Möhre + Huflattich = Mango?)

1. 600 g Möhren schälen, kleinschneiden mit 150 ml Wasser ca. 10 Minuten kochen.
2. Huflattichblüten (aus dem Kelch gezupft) dazugeben und weitere 10 Minuten kochen.
3. Etwas Zitronensaft und Vanille zugeben.
4. Pürieren.
5. Menge abwiegen und Gelierzucker 2:1 zugeben und nach Vorschrift kochen.
6. Heiß in Gläser füllen und verschließen.

Limonade

1 Kräuterstrauß:

10 Blätter Giersch, 1 Ranke Gundermann, 1 Stängel Pfefferminz oder andere Kräuter je nach Geschmack und einige Zitronenscheiben in 1 Liter Apfelsaft einlegen.

Mehrere Stunden ziehen lassen. (Geschmackspuben machen)

Zur Lagerung Saft abkochen und heiß in Flaschen füllen.

Löwenzahnblüten Chutney

Zutaten: 250 g Löwenzahnblütenknospen (blanchiert, teilweise gehackt),
1 Stange Rhabarber, 1 Birne, 1 Zwiebel, 1 rote Paprika,
100 g Rosinen,
100 g getrocknete Aprikosen,
50 g Ingwer, 150 g Zucker, Saft einer Orange,
75 ml Balsamico-Essig (weiß), 80 ml Apfelsaft mit 1 TL Stärke.
10g Korianderkörner, 1/2 TL Salz,

Zubereitung: Früchte und Gemüse gleichmäßig in kleine Stücke schneiden. Löwenzahnblüten und alle anderen Zutaten dazugeben, gut durchmischen und ein bis zwei Tage im Kühlschrank ziehen lassen. In einem weiten Topf unter ständigem Rühren dickflüssig einkochen. Heiß in Schraubverschluss-Gläser füllen und fest verschließen. Nach zwei bis drei Wochen hat sich der Geschmack abgerundet.

Hagebutten - Chutney

<http://www.chefkoch.de/rezepte/73711027839868/Hagebutten-Chutney.html>

Kräuterschmalz mit Wildkräutern

200 g Palmfett/ Kokosfett (soweit erwärmen, bis es flüssig wird)

80g Speiseöl dazugeben

Zwiebelwürfel in etwas Fett rösten oder fertige Röstzwiebeln zugeben.
(Menge nach Belieben)

Salz

Kräuter kann man frisch oder getrocknet zugeben.

z.B.:Bohnenkraut, Isop-Blüten, Lauchzwiebeln, Selleriegrün, Schafgarbe, Ringelblume, Giersch, Löwenzahn, Gundermann, Brennesselsamen, Beifußblüten, Oregano

**Viel Spaß wünschen Ihnen die Kräuterpädagoginnen Claudia Dülberg und
Stephanie Grebe**