

Holderzone

fruchtig:

300 gr Holunderbeeren
1 EL Zucker
4 dl Vanilleglace

Holunderbeeren (entstielt) zusammen mit Zucker aufkochen und heiss zu Vanilleglace servieren. Nach Lust und Laune mit Tannenschösslig Latwerge oder Löwenzahnhonig würzen.

währschaft:

1 kg Holunderdolden
25 g Butter
25 g Mehl
1 1/2 dl Rahm
1 dl Milch
100 g Zucker
1/4 Tl. Zimtpulver

Die Beeren an den Dolden kurz abspülen, trockenschütteln, dann von den Stielen zupfen. Das geht am besten mit einer Gabel. In einer weiten Chromstahlpfanne die Butter schmelzen. Das Mehl dazustreuen und unter Rühren hell rösten. Die Pfanne von der heissen Herdplatte ziehen, Rahm und Milch dazugiessen und mit der Mehlbutter glattrühren. Holunderbeeren beifügen und die Pfanne auf die Herdplatte zurückschieben. 3/4 des Zuckers beifügen, bei kleiner Hitze zu einem dicken Mus einkochen. Das dauert rund 20 Minuten. Den restlichen Zucker mit Zimtpulver mischen. Holderzone warm oder kalt mit Zimtzucker servieren. Dazu passt geschlagener Rahm.

Holunderblütensirup

10 Dolden Holunderblüten
1/2 Zitrone mit der Schale fein geschnitten
1 l Wasser
1 kg Zucker
40 g Weinsteinsäure (aus der Drogerie)

Holunderblüten, Wasser und geschnittene Zitrone vermischen und für 24 Stunden in einem zugedeckten Chromstahl- oder Glasgefäss ziehen lassen. Die Flüssigkeit absieben und mit 1 kg Zucker und der Weinsteinsäure mischen. Bis sich der Zucker ganz aufgelöst hat, muss mehrmals umgerührt werden. Dann füllt man den Sirup in saubere Flaschen mit Bügel oder Drehverschluss.

Waldmeisterbowle

- 1 kleines Sträusschen Waldmeister
- 1 Fl Weisswein
- 1 Fl Prosecco oder Sekt

Variante I: Waldmeister waschen, trockentupfen und auf einer Unterlage im Schatten ausbreiten und einige Stunden anwelken lassen und mit Bindfaden zu Sträusschen bündeln.

Variante II: Nach dem Trockentupfen Sträusschenweise tiefgefrieren.
Durch Anwelken oder tiefgefrieren entfaltet sich das Aroma besser.

1l Weisswein in ein Gefäss giessen und das Waldmeistersträusschen so in den Wein hängen, dass die Stängel nicht mit der Flüssigkeit in Berührung kommen, da die Bowle sonst bitter wird. Nach Wunsch Zucker zugeben. Nach etwa ½ Std. Sträusschen entfernen. Restlichen Wein und unmittelbar vor dem Servieren gekühlten Prosecco oder Sekt hinzugeben. Als Dekoration mit ein paar Gundermann-, Veilchen oder Fliederblüten verschönern

Wildkräutersalat

Die Blätter beliebiger Salatpflanzen (Löwenzahn, Huflattich, Brunnenkresse, Beinwell, Brennessel, Sauerampfer, Scharbockskraut und als Würze ein paar Blättchen Gundermann und Schafgarbe) in feine Streifen schneiden.

Beispiele von essbaren Blüten: Gänseblume, Lungenkraut, Huflattich, Schlüsselblume, Veilchen, Gundermann, Wiesensalbei, Hundsrose. Die Blüten ohne Stiel pflücken und über den fertig angerührten Salat streuen und sofort servieren.

Brennesselsuppe

- 200-300g Brennesseln (nur die jungen Spitzen)
- 1 Zwiebel
- 4 mittelgrosse Kartoffeln
- 1 ½ l Gemüse- oder Fleischbrühe
- 4 EL Rahm

Die Zwiebel schälen, fein hacken und in etwas Butter andünsten. Mit der Brühe ablöschen und die zuvor geschälten und kleingeschnittenen Kartoffeln dazugeben. Wenn die Kartoffeln weichgekocht sind, die gewaschenen Brennesselspitzen dazugeben und 5-10 Minuten weiterköcheln. Die Suppe wird mit dem Handmixer püriert ev. durch ein Sieb gestrichen. Mit etwas Rahm verfeinern und anrichten.

Bärlauchblüten-Kapern in Öl

- 4 dl Weissweinessig
- 2 dl Wasser
- ½ TL Salz
- ca. 50g Bärlauchblütenknospen
- ca. ½ Peperoncini, gehackt
- ½-1 dl Olivenöl

Essig, Wasser und Salz aufkochen, die Bärlauchblütenknospen darin portionenweise blanchieren. Abtropfen lassen. In einer Schüssel die Bärlauchkapern mit Peperoncini und Olivenöl vermischen und satt in kleine verschliessbare Gläser füllen. Darauf achten, dass die Kapern mit Öl bedeckt sind.

Beinwell-Kartoffel-Schnecken auf Thymiansauce

200 g Mehl
200 g Quark
50 g Butter
½ TL Salz

Mischen, zu einem Teig verarbeiten und ½ Std. im Kühlschrank ruhen lassen.

300 g Beinwell
4 gekochte Kartoffeln
1 gehackte Zwiebel
100g Speckwürfel
Salz, Pfeffer, Muskatnuss
Rahm

Den Beinwell waschen, in kochendem Salzwasser kurz erwellen und abschrecken. Je nach Grösse der Blätter das Gemüse etwas zerkleinern.

Die Speckwürfel in einer Bratpfanne knusprig anbraten und die gehackte Zwiebel dazugeben.

Einige Minuten weiterbraten, bis die Zwiebel gar ist, dann auskühlen lassen. Beinwellblätter in eine Schüssel geben, die Zwiebel-Speckmischung und die geschälten und in kleine Würfel geschnittenen Kartoffeln ebenfalls dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und alles gut mischen.

Den Teig auf einer bemehlten Unterlage quadratisch auswallen und die Füllung gleichmässig darauf verteilen. Den Teig mit der Füllung aufrollen und ca. 3 cm breite ‚Schnecken‘ abschneiden. Die Schnecken in eine gebutterte Gratinform setzen etwas Rahm begeben, bis der Boden bedeckt ist und bei 180 Grad ca. 30 Minuten im Ofen backen.

Beinwell kann auch durch andere Wildkräuter ersetzt werden wie Borretsch, Brennessel usw.

Thymiansauce

1 gehackte Zwiebel
ein ganzer Zweig Thymian
Butter oder Olivenöl
Ev. wenig Mehl
1dl Weisswein
3 dl Gemüsebrühe
Gehackter Thymian
Rahm oder Milch
Salz, Pfeffer

Die fein geschnittene Zwiebel mit dem Thymianzweig in Butter goldgelb andünsten und mit wenig Mehl bestäuben. Mit einem Glas Weisswein ablöschen. Gut aufrühren und die Bouillon dazugeben. Weiterrühren und –kochen, bis sich die Sauce auf etwa die Hälfte reduziert hat. Würzen mit Salz und Pfeffer, die abgezapften Thymianblättchen dazugeben und mit Rahm verfeinern.

Ofenküchlein gefüllt mit Bärlauchmousse

Profiteroles, Windbeutel, Paté à chou

Zutaten für ca. 12 Stück

2 dl Wasser oder Milch
50 g Butter
½ TL Salz
(ev. 1 EL Zucker)
100 g Mehl
2-3 Eier

Man bereitet den Brühteig zu, indem man Wasser, Butter und Salz in einer kleinen Pfanne aufkocht, vom Feuer zieht, das Mehl dazuschüttet und tüchtig rührt, bis der Teig glatt ist. Nun bringt man die Pfanne wieder auf ein kleines Feuer und rührt den Teig 1-2 Minuten weiter, bis er sich gut vom Boden löst. Dann gibt man ihn in eine Schüssel, schlägt die Eier einzeln auf, verquirlt sie und vermischt sie nacheinander mit dem noch warmen Teig. Der fertige Teig soll weich und geschmeidig sein und in Fetzen von der Kelle reissen. Mit dem Dressiersack oder zwei Esslöffeln formt man Teighäufchen, so gross wie Baumnüsse, setzt sie auf das leicht eingefettete Blech und bäckt sie in der Ofenmitte bei 180 Grad 30-40 Minuten, bis sie schön aufgegangen und hellbraun sind. Wichtig ist, den Ofen in den ersten 20 Minuten nicht zu öffnen. Die ausgekühlten Ofenküchlein werden seitlich mit einer Schere aufgeschnitten, damit man den Hohlraum füllen kann.

Füllung:

250 g Ricotta
1-2 EL Bärlauchpaste
Salz, Pfeffer, Paprika nach Belieben
Wenig Rahm

Ricotta und Bärlauchpaste mischen, würzen und bei Bedarf etwas Rahm dazugeben, damit die Füllung eine schön sämige Konsistenz hat.