

Brennesselquiche

100 g Blätterteig , 1 Ei , 6 Eßl. Sahne , 6 Eßl. Milch , 2 Hände voll junge Brennesseln, 20 g Schalotten -fein gehackt ,
1/2 gepresste Knoblauchzehe , 50 g gewürfelter Frühstücksspeck, Muskat , Salz ,
Kümmel .

Den Blätterteig ausrollen und 4 runde Küchlein ausstechen , in gebutterte Förmchen legen und mit einer Gabel mehrmals einstechen.

Die Brennesselblätter blanchieren und dann sehr fein hacken. Sämtliche Zutaten , außer Speck und Kümmel mischen und auf den Blätterteig geben . Dann mit dem Speck garnieren.

10 Minuten bei 200 Grad backen. Nach 5 min. Backzeit den Kümmel über die Küchlein streuen und noch warm servieren.

Wildspinat

Junge Brennesseln , Giersch , Kohldistelblätter , Taubnesselblätter , Spitzwegerich usw. sammeln, waschen und blanchieren .

Etwas Fett in einem Topf erhitzen , 1 kl. Zwiebel klein würfeln und in dem Fett glasig braten , 1 Eßl. Mehl dazu geben und mit etwas Brühe aufgießen . (Mehlschwitze)

Mit Etwas Salz , Pfeffer und Muskat würzen.

Das blanchierte Wildgemüse fein hacken und in die Brühe geben , ungefähr 15-20 min. langsam

köcheln lassen . Zum Schluß einen Schuß Sahne unterrühren.

Wildkräuter Salat

Etwas Feldsalat , Löwenzahn , Portulac , Bärlauch , Sauerklee ,

Giersch, Wegerich, Genseblümchen-mit Blüten ,

Schnittlauch - mit Blüten , Kohldistel, junge Schafgarbenblätter usw.

Waschen , klein schneiden , mit Salz , Balsamicoessig , Öl , Pfeffer würzen.

Etwas Speck auslassen und Sonnenblumenkörner rösten . Über den Salat geben und alles zusammen mischen .

BRENNESSELSUPPE MIT WEISSBROTWÜRFELN

(für 4 Personen)

8 Hand voll junge Benneseln, 1 Zwiebel, 1 Zehe Knoblauch, 3 Eßl. Butter, 3/4 l Brühe oder
Buillon. 2 Eßl. Mehl, 2 Scheiben Weißbrot, Salz, Pfeffer, 4 Eßl. Saure Sahne, 1/4 l Milch

Die Brennesseln kurz über brühen (dann brennen sie nicht mehr), klein hacken,
Zwiebel und Knoblauch klein würfeln und in 2 Eßl. Butter glasig dünsten, die Brennesseln
dazugeben und kurz mit dünsten, Mehl darüber streuen und mit der Brühe aufgießen
die Milch unter Rühren dazugeben. 15 Min. köcheln lassen, dann pürieren.
Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
Inzwischen das gewürfelte Weißbrot in der restlichen Butter goldbraun rösten.
Die Suppe in Tellern anrichten und jeder Teller mit saurer Sahne und Brotwürfeln
garniert servieren.

BRENNESSELMOUSSE MIT RÄUCHERLACHS

3 Hans voll junge Brennesselblätter, 1/4 l. Sahne, 1 P. Sahnesteif, 2 Teel. Geriebener Meerrettich,
(glas oder Tube), Salz, Pfeffer, 8 schein Räucherlachs.

Die Brennesseln kurz blanchieren, damit sie nicht mehr brennen, abtrocknen und fein
hacken. Die Sahne mit Sahnesteif steif schlagen, den Meerrettich unterrühren.
Die Brennessel unterheben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
Für 15 Min. in den Kühlschrank stellen.
Die Lachsscheiben auf 4 Teller verteilen und die Mousse mit einem in kaltes Wasser
getauchtem Teelöffel Nocken abstechen. Auf die Lachsscheiben geben.

HOLLERKÜCHLEIN

Aus 5 geh. Eßl Mehl, 1 Ei, 1 Prise Salz, und 1/8 l Bier, einen glatten Teig rühren.
In der Pfanne Fett erhitzen.
Holunderblüten - Dolden in den Bierteig tauchen und in dem heißen Fett
ausbacken.
Mit Puderzucker bestreuen.

Kräuter je nach Jahreszeit sammeln , säubern und von den Stängeln befreien . (2 gute Hand voll)
100g gemischte Salatkörner (Sonnenblumen ,-Pinien-Kürbiskerne usw.)
5 Zehen Knoblauch
etwas Salz und Pfeffer

Alles zusammen in einen Mixer füllen .
ca. 200ml gutes Olivenöl draufgeben und im Mixbecher zerkleinern.
100 g Parmesankäse frisch reiben und untermischen.

In Gläser füllen und im Kühlschrank aufbewahren.

Wild- Kräuterbutter

2 Hände voll gemischte Wildkräuter, etwas Schnittlauch und Petersilie .
4-5 Zehen Knoblauch ,
250 g Butter,
Zusammen in einen Mixer geben und klein mixen.
In einem Glas oder Schüsselchen im Kühlschrank aufbewahren.
die Butter kann auch in Alufolie gewickelt gut eingefroren werden.
(Schmeckt sehr gut zu gegrilltem Fleisch !)

WALNUSSBUTTER

1kl. Zwiebel , 2 Knoblauchzehen , 1/2 Bund Petersilie
1/2 Pfund Butter, 150 g. gemahlene Walnüsse , Salz und Pfeffer

Die Zwiebel und Knoblauch schälen und ganz klein hacken. die gewaschene Petersilie ziemlich fein hacken.
Die Hälfte der Butter in einem Topf zerlassen, Zwiebel und Knoblauch darin kurz andünsten ,
die Walnüsse und die Petersilie dazugeben und etwa 5 min. dünsten lassen .
Unter die restliche Butter rühren . Mit Pfeffer und Salz nach Geschmack würzen.
Die Walnuss Kräuterbutter kühl aufbewahren.

PARMESANCREM MIT GIERSCH

200 g frisch geriebener Parmesan, 200 g butter, 2 Hand voll junger Giersch fein gehackt,
6 Eßl. Weißwein, Salz und Pfeffer

Den Parmesan mit Butter und Weißweizu einer cremigen Masse verrühren. Den Giersch untermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Ca. 1 Stunde kühl stellen.
Die Creme passt zu kräftigem Brot.

KRÄUTERLIMONADE

2 Hände voll Gierschblättern , 1 Hand voll Pfefferminz und 1 Hand voll Melisseblätter

über Nacht in 2 l. Apfelsaft einweichen und stehen lassen .

Am nächsten Tag die Blätter gut ausdrücken ,Saft von 2 Zitronen dazugeben und mit Mineralwasser auffüllen.

PFEFFERMINZSIRUP

4-6 Hände voll frische Pfefferminzblätter in 1 1/2 l Wasser und 1/4 l Essig einweichen .

3-4 Tage stehen lassen , dann abseihen .

Die Flüssigkeit mit 1 kg Zucker ca. 2-3 Stunden langsam köcheln lassen .

In flaschenabfüllen , verschließen .

Bei Bedarf kann der Sirup mit Wasser verdünnt getrunken werden.

Löwenzahngellee

200 g Blüten , ohne grüne Kelchblätter , 1 1/2 kg Gelierzucker , 1 l Wasser , 1 Zitrone die Blütenblätter abzupfen und mit Wasser aufkochen . 2 Std. ziehen lassen, dann abseihen und in einem Leinentuch ausdrücken. Abgekühlten Sud mit Gelierzucker und Saft der Zitrone 5 min. kochen. Noch heiß in Gläser füllen und verschließen.

Konzentrierter Holunder-Saft

15 – 20 Holunderblüten

1 Kg Zucker

3 – 5 Liter Wasser

Zitronensaft

2 – 3 EL Obstessig

Alle Zutaten vermengen und 24 (mindestens) – 48 Stunden ziehen lassen. Danach den Saft abgießen und bis zum Siedepunkt kochen. Den noch heißen Saft in Flaschen mit Schraubverschluß füllen, schließen. Dieser Saft ist haltbar und kann mit Sekt, Weißwein oder Wasser aufgefüllt werden.

FRANZBRANNTWEIN

1 Hände voll junge Tannen oder Kiefernspitzen in 1 l Alkohol (am besten ist Vorlauf
von Schnapsbrennereien) einweichen.
4-6 Wochen stehen lassen , dann abseihen.
Eventuell verdünnen (Vorlauf ist meistens hochprozentig) , und in Flaschen füllen .
Kühl und dunkel aufbewahren.

JOHANNISKRAUT-ÖL

4 Hände voll Johanniskrautblüten in 1/2 l gutes Olivenöl geben.
4 Wochen verschlossen an die Sonne stellen.
abseihen , abfüllen und dunkel aufbewahren.

WURMFARN- ESSIG TINKTUR

7 Wurmfarnwedel mit 1 l Apfelessig übergießen.
2-3 wochen in die Sonne stellen.

Damit die Gelenke einreiben . Hilft auch gegen schwere Beine.(nach langem Stehen
)

HUSTENSAFT

In ein Gurkenschraubglas , abwechselnd 2 cm kleingeschnittener Spitzwegerich
und Thymian , dann
2 cm brauner Zucken. Fortlaufend bis das Glas voll ist.
Mit Kraut anfangen und mit Zucker enden.
6 Wochen stehen lassen.
Dann durch ein Sieb laufen lassen und gut ausdrücken.
Ihr Hustensaft ist fertig -
Nun noch in Fläschchen abfüllen und kühl aufbewahren.
3-4 Eßl.Tag