

Wunderlauchbutter



Zutaten:

- Wunderlauchblätter,
- Knoblauchrauke
- 250 g Butter,
- $\frac{1}{2}$ TL Salz

Du brauchst:

- 1 Messer
- 1 Brettchen
- 1 Gabel
- 1 Schälchen

Zubereitung

- ✓ Die jungen Wunderlauchblätter fein hacken.
- ✓ Weiche Butter, Salz und die zerkleinerten Lauchblätter vermischen.
- ✓ Die Lauchbutter zu kleinen Kugeln formen.

Gierschfrischkäse



Zutaten:

- 200 g Frischkäse,
- kleine, frische
- Gierschblätter,

Du brauchst:

- 1 Messer
- Brettchen
- Schüssel

Zubereitung

- ✓ Kleine, frische Gierschblätter sammeln.

- ✓ Die Blätter abzupfen. Gut waschen und zerkleinern.

- ✓ Die Blätter unter den Frischkäse mischen.

Wildkräuterquark

Zutaten:



- 200 g Quark,
 - etwas Mineralwasser,
 - Blätter der Knoblauchrauke
- Weitere Kräuter nach Wunsch hinzufügen.

Zubereitung

Du brauchst:

- 1 Messer
 - Brettchen
 - Schüssel
 - Gabel
-
- ✓ Den Quark mit etwas Mineralwasser verrühren.
 - ✓ Die Blätter der Knoblauchrauke gut waschen und klein schneiden.
 - ✓ Die Blätter unter den Quark rühren.
-
- ✓ Auf Wunsch weitere Kräuter hinzufügen.

Brennnessel-Eiersalat

Zutaten:

4 Eier

Wunderlauch oder Schnittlauch

1/2 Teelöffel Salz

1 Messerspitze weißer Pfeffer

1 Esslöffel Joghurt

kurze, frische

Brennnesseltriebe,

Du brauchst:

- 1 Messer
- Brettchen
- Schüssel
- Löffel

Zum Sammeln:

Handschuhe

Zubereitung

- ✓ Kurze, frische Brennnesseltriebe sammeln. (Handschuhe anziehen)
- ✓ Eier hart kochen (8-10 Minuten), abkühlen lassen, Die Blätter mit heißem Wasser übergießen.
- ✓ Die Brennnesselblätter abzupfen und fein schneiden.
- ✓ Eier abpellen, in Würfel schneiden.
- ✓ Joghurt mit Gewürzen glatt rühren
- ✓ Die Blätter untermischen.
- ✓ Zum Schluss die Eier unterheben.

Kräuterquark mit Scharbockskraut



Zutaten:

- 200 g Quark,
- etwas Mineralwasser,
- Blätter vom Scharbockskraut (von Pflanzen, die noch nicht blühen),

Weitere Kräuter nach Wunsch hinzufügen.

Du brauchst:

- 1 Messer
- Brettchen
- Schüssel
- Gabel

Zubereitung

- ✓ Den Quark mit etwas Mineralwasser verrühren.
- ✓ Die Scharbockskrautblätter gut waschen und klein schneiden.
- ✓ Die Blätter unter den Quark rühren.
- ✓ Auf Wunsch weitere Kräuter hinzufügen.

Grüner Salat mit Gänseblümchen



Zutaten:

grüner Kopfsalat,
Gänseblümchenblüten,
Gänseblümchenblätter,
Löwenzahnblätter
Vogelmiere
Essig, Öl, Salz

Zubereitung

- ✓ Den grünen Kopfsalat waschen und die Blätter zerkleinern.
- ✓ 2 EL Essig, 2 EL Öl und Salz vermischen und über die Salatblätter gießen.
- ✓ Blätter der Wildkräuter dazugeben.
- ✓ Die klein geschnittenen Gänseblümchenblätter darunter mischen.
- ✓ Den Salat mit Gänseblümchenblüten verzieren

Kandierte Blüten



Zutaten:

Hornveilchenblüten,
100 Gramm Gummiarabicum-Pulver,
100 g feiner Zucker,
Wasser

Material

- Backpinsel
- Backblech

Zubereitung

- ✓ Die Veilchenblüten gut waschen.
- ✓ Die Blüten vorsichtig trocken tupfen.
- ✓ Etwas Gummiarabicum-Pulver mit wenig Wasser anrühren.
- ✓ Mit einem Backpinsel die Blüten innen und außen mit der Mischung bestreichen.
- ✓ Die Blüten mit Zucker bestreuen.
- ✓ Ist der Zucker feucht, das Einpinseln wiederholen.
- ✓ Die Blüten auf einem Rost trocknen lassen.

Löwenzahnsirup

Zutaten:



- 100 g Löwenzahnblüten ohne Hüllblätter,
- $\frac{1}{2}$ Liter Wasser,
- 500 g Zucker
- Saft von 2 Zitronen

Du brauchst:

- Topf
- Rühr- /Löffel

Zubereitung

- ✓ Die Blütenkörbchen teilen.
- ✓ Die Blüten herausstreifen.
- ✓ Die Hüllblätter beseitigen.

- ✓ Die Blüten 6 Minuten im Wasser kochen.
- ✓ Die Blüten mit einem Löffel herausnehmen
- ✓ Den Saft mit Zucker vermischen.
- ✓ Den Saft 25 Minuten sprudelnd kochen (bis er zu Sirup wird).