



Uschi blüht auf / Rezept von Uschi Zezelitsch
4.9.2022

Essbarer Blütenrausch: Blütenzucker & Blütensalz

Beim Ernten und Konservieren von Blüten und Blättern gibt´s ein paar wichtige Dinge zu beachten, wie heilkräftige Inhaltsstoffe, Geschmack und auch die Farben am besten erhalten bleiben.

Oberstes Gebot: Ernten Sie immer an einem trockenen, sonnigen Tag! Und legen Sie dann die Pflanzen im lichten Schatten zum Trocknen auf. Nach 6 Tagen einmal wenden und nach etwa 12-14 Tagen sind sie dann rascheltrocken.

Folgende Rezepte heute für Sie: Einfach, aber hübsch und gut sind Blütensalz und Blütenzucker.

Suchen Sie sich Ihre Lieblingsblüten, am besten in unterschiedlichen Farben, und pulverisieren Sie sie mit Zucker oder Salz im Mörser.

Ich nehme die Blüten von Rosenblüten, Kornblumen, Schafgarben, Labkraut, Malven und gebe eine Prise Pfefferminze dazu.

Dieser Blütenzucker macht an einem Cocktailglas eine viel bessere Figur als gewöhnlicher Zucker. Wenn ich in diese Mischung noch getrocknete Orangen- oder Zitronenzeste und geriebene Nüsse und Schokospäne hinein reibe, sehen auch meine Zwetschkenknödel einmal so richtig hip aus.

Die pikante Blütenmischung mit Salz peppe ich mit getrocknetem Rosmarin, Thymian, Oregano und Chili auf und wälze einen Ziegenkäse darin. Den kann ich dann zusätzlich mit frischen Blüten dekorieren.

Gebe ich etwas Olivenöl dazu, habe ich auch einen Augenschmaus, wenn ich mein Chiabatta eintunke.

Auch gebratenes Gemüse kann in einem pikanten Blütenmantel serviert werden.