

Riesenstarke Baum-Rezepte

Lindenblüten-Pudding

2 Handvoll Lindenblüten
500ml Milch
2 Eßlöffel Zucker
Bio-Vanillepuddingpulver

Koche die Lindenblüten in der Milch auf und lasse beides noch 5 Minuten ruhen. In der Zwischenzeit verrühre das Puddingpulver mit sechs Eßlöffeln kalter Milch und dem Zucker. Gieße die Lindenblütenmilch durch ein Sieb und dann zurück in den Topf. Koche sie noch einmal auf und gieße unter Rühren die Puddingmischung hinein. Rühre, bis der Pudding dick wird. Fülle den Pudding in feine Dessertgläser ab und lege vorsichtig eine frische Lindenblüte als Schmuck auf den Pudding. Nach 2 Stunden im Kühlschrank ist die feine Speise fertig!

Tannenspitzengelee

200g frische junge hellgrüne Tannentriebspitzen
300 ml Wasser
Saft von einer Zitrone
300g Bio-Gelierzucker

Ein Eßlöffel voll Tannenspitzen in etwas kaltem Wasser pürieren. Die restlichen Tannenspitzen mit dem restlichen Wasser aufkochen und durch ein Sieb gießen (dabei das Wasser auffangen - die ausgekochten Tannenspitzen können auf den Kompost). Das grüne Wasser und die pürierten Tannenspitzen mischen.

Nun den Zitronensaft und den Gelierzucker einrühren. Alles aufkochen, bis es geliert. In kleine saubere Gläschen abfüllen und sofort verschließen.

Zu Schokoladeneis eine wahre Köstlichkeit!

Eisgekühlter Lindenblüten-Tee

Sammele am Morgen eines trockenen Sommertages die duftenden Lindenblüten. An einem schattigen Platz getrocknet ergeben sie einen herrlichen Tee! Stelle eine schöne Menge Pfefferminzeiswürfel her. Dazu pflückst du Pfefferminze, hackst sie und füllst sie in eine Eiswürfel-Form. Gieße Wasser darüber und lasse die Würfel gefrieren. Kalter Lindenblütentee mit Zitronensaft und Minze-Eiswürfeln - eine herrliche Erfrischung!

Birkensalat

Frische Frühlingsblätter der Birke
1 Birne
2 Eßlöffel (tiefgekühlte) Himbeeren
1 Eßlöffel Walnüsse
Olivenöl, Zitronensaft, Salz und Pfeffer

Pflücke die frischen, klebrigen, gerade erst entfalteten Frühlingsblätter der Birke. Wirf sie in kaltes Wasser, rühre bisschen darin herum und fülle sie zum Abtropfen in ein Sieb. Nun schneide die Birne in dünne Scheiben und richte sie schön auf einem Teller an. Zerquetsche die Himbeeren mit einer Gabel, gib ein paar Tropfen Olivenöl, Zitronensaft, Salz und Pfeffer dazu. Schmecke die Sauce ab, bis sie richtig lecker ist. Dann verteile die Birkenblätter auf den Birnenscheiben und tropfe Tupfer der roten Salatsauce dazu. Zum Schluss verziere alles mit ein paar Walnusskernen. Sieht nicht nur schön aus - schmeckt auch gut!

Birken-Limonade

Ganz frisch geschnittene (Frühlings-) Birkenzweige
Etwas Birnensaft oder Zitronensaft
Etwas Zucker

Stelle die frisch geschnittenen Birkenzweige sofort nach dem Abschneiden in kaltes, frisches Wasser. Am nächsten Tag filterst du das Wasser. Dafür legst du ein sauberes Geschirrhandtuch in ein Sieb und gießt das Birkenwasser hindurch. Jetzt schmecke die Birkenlimonade mit Birnensaft, Zitronensaft und etwas Zucker ab. Gut gekühlt und mit einem Birkenzweig verziert ein Genuss!

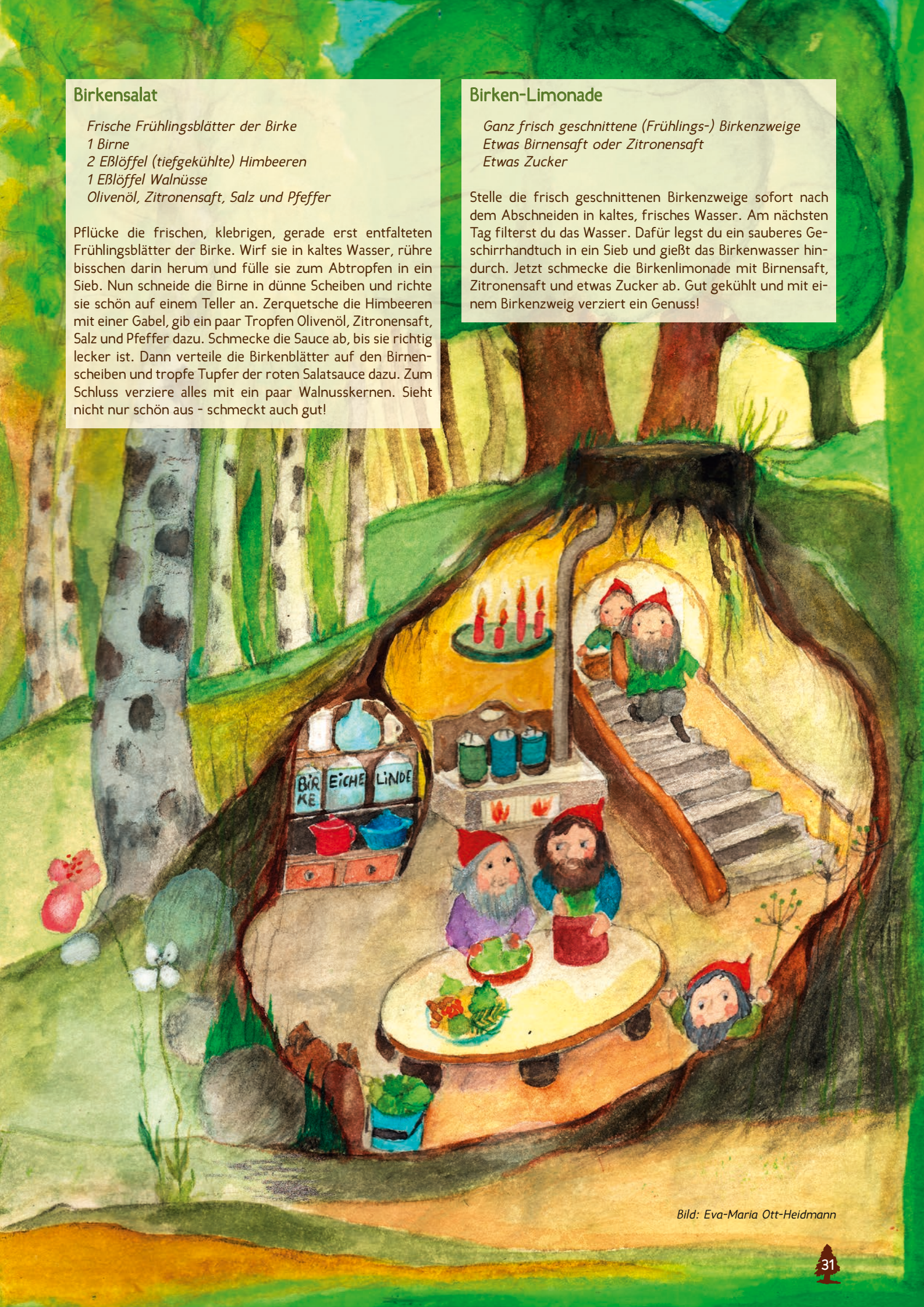


Bild: Eva-Maria Ott-Heidmann

Zwergenküche

Hast du Lust auf ein Zwergen-Fest mit Freunden oder ein leckeres Picknick auf der Wiese? Die Zwergenküche zeigt dir, was du dafür alles brauchst. Bei den Zutaten richtest du dich nach dem Geschmack der Zwerge. Sie essen alles, was die Natur bietet. Außerdem lieben sie süße Speisen, gerne mit Mehl. Du musst wissen, dass Mehl bei ihnen eine Seltenheit ist und sie es nur bekommen, wenn sie sich mit Menschen angefreundet haben. Frische Kuhmilch ist für sie ebenfalls eine Delikatesse und eine Besonderheit für jedes Fest. Tipp: Richte alle Gerichte und Getränke in zwergengerechte Portionen an; du kannst sie in Puppen-Geschirr servieren.

Pilzomelette

Zutaten: Eier, frische Pilze (Champignons), Petersilie, Zwiebeln, Butter, Salz und Pfeffer.

Pilze putzen und klein schneiden. Eier verquirlen. Zwiebeln klein schneiden. Petersilie hacken. Etwas Butter in der Pfanne auslassen, Zwiebelchen, Pilze und Petersilie dazugeben, kurz andünsten, das verquirlte Ei unterrühren und stocken lassen. Salzen und pfeffern. Heiß servieren. Dazu Wildsalat reichen.

Zwergenkuchen

Puppenkuchenformen, 250 g Butter, 300g Rohrzucker, 1 Päckchen Vanillezucker, 3 Eier, 500 g Mehl, 1 Päckchen Backpulver, ½ Tasse Milch, 150 g geriebene Haselnüsse.

Die Zutaten wie gewohnt zu einem Rührteig rühren. Die Kuchenformen einfetten und zu zwei Dritteln mit Teig füllen. Bei 220 Grad im Ofen backen, bis es goldbraun wird. Achtung: Kleine Formen – kurze Backzeit! Waldbeerenbrei oder Waldbeerenmarmelade dazu reichen.



Wildsalat mit Pommes

1 Hokkaido-Kürbis, 1-2 EL gutes Olivenöl, Meersalz, 150 g Feldsalat, 30 g Walnüsse, 1 Karotte, 1/2 Apfel, Saft einer 1/2 Zitrone, 1 EL Walnussöl, 1 EL Leinöl, 2 EL Haselnuss- oder Mandelmus, 2 EL Wasser, 1 EL Ahornsirup, Kräutersalz, Brühe, schwarzer Pfeffer aus der Mühle, 20 g Cranberries.

Backofen auf 200 °C vorheizen (Umluft). Den Kürbis schälen, in Scheiben und anschließend in „Pommes-Form“ schneiden. Mit Olivenöl und Salz vermengen, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und auf der mittleren Schiene etwa 5 Minuten backen, wenden und 5 Minuten weiter backen.

Feldsalat waschen. Walnüsse in einer Pfanne 2 Minuten anrösten und anschließend grob hacken. Die Karotte schälen und in feine Scheiben schneiden. Apfel entkernen, in Würfel schneiden. Salat mit Karotten und Apfel vermengen. Für die Soße die Zitronenschale abreiben und Zitrone auspressen. Mit Walnussöl, Leinöl, Haselnuss- oder Mandelmus, Wasser und Ahornsirup vermengen und mit Kräutersalz, Brühe und Pfeffer abschmecken. Die Soße über den Salat geben, die noch warmen Kürbis-Pommes, Cranberries und Walnüsse darüber verteilen und mit Brot genießen.

Waldbeeren-Bräi

200 ml Milch, 2 EL Hirse, 1/2 Vanilleschote, davon das Mark, 1 TL Honig, 1 Prise Salz, 200 g Beeren, (frisch oder tiefgefroren).

Milch mit Hirse, Vanillemark, Honig und Salz aufkochen, 20 Minuten leicht köcheln lassen, zwischendurch umrühren. Hirsebrei mit Beeren servieren.

Tipp: 1 Rosine ist in einem Schälchen versteckt. Wer sie hat, darf sich etwas wünschen oder sie gegen einen „Schatz“ einlösen, zum Beispiel einen kleinen Edelstein oder eine Muschel.



Winzelpütt

