

„Essbare Frühlingsblüten (Teil 1)“

Frühlingssalat mit Schlüsselblumen

(siehe Salatteller-Arrangement)

Salat:

5 oder 7 große Blätter Salat nach Wahl, z.B. Chicoree, Römersalat, Lollo Rosso

5 oder 7 junge Blätter von Schlüsselblumen

Garnitur:

Essbare sauber Blüten von:

Schlüsselblumen, Obstbaumb Blüten, Stiefmütterchen/Veilchen

Salatsauce:

4 Ei Walnußöl

2-3 Ei Kräuteres sig

Salz und Pfeffer nach Geschmack/Belieben

Frühlings-Blütenbutter

(siehe 2 Butterkugeln in Glasschüssel)

75 g formbar-weiche Butter

-mit essbaren Blüten der Saison vermengen und abschließend rundum garnieren:

ca. 4 ausgezupfte Löwenzahnblüten,

ca. 20 ausgezupfte Schlüsselblumen

ca. 40 ausgezupfte Gundelrebenblüten

ca. 20 ausgezupfte Gänseblümchen (mit möglichst rot geränderten Blütenblättchen)

Blumig-Pikante Tomaten-Spieße

(siehe Teller-Arrangement)

Schafskäse oder Fetakäse in Würfel schneiden

- auf jeden Würfel folgendes aufspießen :

Kirschtomaten

Schlüsselblumenblüte

Gänseblümchenblüten

Anrichten auf Würz-Blättern der Saison, z.B. wie hier mit Bärlauch! Auf Spießspitze macht sich ein Gänseblümchen immer gut :-)

Blüten-Frühlingsfrischkäse

(siehe Aufstrich mit Löwenzahnblüten)

200 g körniger Frischkäse

- vermengen mit:

7-10 ausgezupften Löwenzahnblüten

ca. 5 Blätter junger Spitzwegerich – fein in Streifen geschnitten

ca. 10 Blätter junger Giersch – fein in Streifen geschnitten

ca. 10 Blätter junge Schafgarbe – fein in Streifen geschnitten

Blätter genügen eigentlich als Würze, wer mag gibt dennoch Salz und Pfeffer dazu

Garnitur mit Blüten der Frühlingssaison:

z.B. wie hier, ausgezupfte Gundelrebenblüten und komplette Löwenzahnblüten

Quellenangabe:

Rezept 1 abgewandelte Variante aus „Köstliche Blüten“ von Marion Nickig und Heide Rau

Rezept 2, 3 und 4, selbst zusammengestellt, Sabine Volk