

NARODNA VISOKA ŠKOLA GRADIŠĆANSKIH HRVATOV
VOLKSHOCHSCHULE DER BURGENLÄNDISCHEN KROATEN

KRÄUTER IM GARTEN UND AUF DER WIESE

Sammeln, Kochen, Verkosten

ŠTO RASTE U PROTULIĆU NA VRTU I NA SINOKOŠI?

**Zdrave rasline ćemo sabirati,
s njimi kuhati i gotovo jilo pojesti.**

**Mittwoch/srijeda, 8. April 2015,
16 - 20 Uhr/uri**

**Vereinshaus/Društveni stan
Schandorf/Čemba**

**Referentin/predavačica Grete Binder
Kräuterpädagogin/stručnjak za ljekovite biljke**

Beitrag/prinos € 8.-

Aus organisatorischen Gründen wird um Voranmeldung gebeten:
Mühlgaszner 0664 1108644

**DRUŠTVO ZA SOCIJALNE POSLE ČEMBA
SOZIALVEREIN SCHANDORF**

Rezepte mit Kräutern

Margarete BINDER, Kräuterpädagogin,

7501 Unterwart 339; 0699 81905701; 03352 32497

Brennesselcremesuppe

Zutaten:

20dag Brennesseln, 2 El Butter, 2 El Mehl, 1 kleine Zwiebel, ¼l Milch, Salz, Pfeffer, Knoblauch, 1/8l Schlagobers

Zubereitung:

Brennesselblätter in wenig Wasser dünsten, passieren. Die klein gehackte Zwiebel in Butter anlaufen lassen, Mehl dazu geben, leichte Einbrenn machen, mit kalter Milch aufgießen und glatt rühren. Die passierten Brennesseln dazu geben, nochmals aufkochen und mit Schlagobers verfeinern.

Tipp: Man kann auch je eine Handvoll Brennesseln, Sauerampfer, Gänseblümchen, etwas Schafgarbe, Gundelrebe und Taubnessel verwenden.

Rezepte mit Kräutern

Margarete BINDER, Kräuterpädagogin,
7501 Unterwart 339; 0699 81905701; 03352 32497

Gundelreibensuppe

Zutaten: 1 Zwiebel, Gundermann, Öl

Zubereitung: Zwiebel fein hacken und in Öl anschwitzen, fein geschnittene Gundelrebe dazu geben und kurz andünsten, mit Gemüsebrühe (Kräutersalz) aufgießen und ca. 20 Minuten köcheln lassen. Durch Zugabe von Erdäpfelwürfeln, die man mitkochen lässt, kann man eine sämige Suppe herstellen. Anschließend mit Stabmixer pürieren, mit Sauerrahm und eventuell noch etwas Obers verrühren, salzen und mit einem Hauch Muskat würzen. In Suppenschalen mit ein wenig frischer, fein gehackter Gundelrebe und Gänseblümchen servieren.

Rezepte mit Kräutern

Margarete BINDER, Kräuterpädagogin,

7501 Unterwart 339; 0699 81905701; 03352 32497

Löwenzahnsalat

Löwenzahnblätter und

Löwenzahnwurzeln waschen, in dünne

Streifen schneiden (evtl. frische

Birkenblätter etc.), mit Öl, Essig und Salz

(je nach Geschmack), 2 Tl gemahlener

oder ganzen Nüssen würzen, 1 klein

geschnittene Zwiebel dazu mischen. Auch

Käse passt gut dazu.

Rezepte mit Kräutern

Margarete BINDER, Kräuterpädagogin,

7501 Unterwart 339; 0699 81905701; 03352 32497

Kartoffelsalat mit Löwenzahnblättern

**Gekochte Kartoffeln blättrig schneiden,
1 Zwiebel fein schneiden,
Löwenzahnblätter und
Löwenzahnwurzeln waschen, in dünne
Streifen schneiden, mit Öl, Essig und Salz
(je nach Geschmack) würzen, 1 klein
geschnittene Zwiebel dazu mischen, mit
Löwenzahnblüten garnieren.**

Rezepte mit Kräutern

Margarete BINDER, Kräuterpädagogin,
7501 Unterwart 339; 0699 81905701; 03352 32497

Knusprige Kräuter-Käsestangerl

Tiefkühlblätterteig ausrollen, geriebenen Käse auf die Hälfte des Teiges geben, mit den fein geschnittenen Wildkräutern (Löwenzahn, Giersch, Gundermann, etc.) und etwas Salz bestreuen und die andere Teighälfte drüber klappen. Ränder mit den Fingern fest zusammendrücken und mit einem Nudelwalker über den Teig walken, in ca 2 cm breite Streifen schneiden, mit dem verquirlten Ei bestreichen, Streifen zu Spiralen drehen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen, mit Kräutersalz, Kräutern oder Kümmel bestreuen und im vorgeheizten Ofen auf mittlerer Schiene bei 220 Grad etwa 10 Minuten backen. Schmecken auch mit Brennesselsuppe, Gundelrebensuppe oder mit Löwenzahnsalat.

Rezepte mit Kräutern

Margarete BINDER, Kräuterpädagogin,

7501 Unterwart 339; 0699 81905701; 03352 32497

Glasierte Giersch-Karotten

(alternative Unkrautvernichtung)

Zutaten:

**½kg Karotten oder Kartoffeln, 50g Butter,
Salz, Pfeffer, 25g Zucker oder Honig, 70g
Giersch gehackt**

Zubereitung:

**Karotten (Kartoffeln) schälen, in ½ cm
dicke Stifte schneiden, in Salzwasser
blanchieren, Butter erhitzen, Karotten,
Salz und Pfeffer dazu geben, Zucker und
Honig glasieren, den Giersch kurz vor
dem Servieren unter die Karotten heben.**

Rezepte mit Kräutern

Margarete BINDER, Kräuterpädagogin,
7501 Unterwart 339; 0699 81905701; 03352 32497

Blütentörtchen (ergibt 18 Törtchen)

Zutaten:

**100g weiche Butter, 100g Zucker, 2 Eier,
100g mit Backpulver vermischtes Mehl, 1
Tl Backpulver, 2 El frische Blüten
(Ringelblumen, Lavendel, Rosenblätter,
Löwenzahnblüten, ...)**

Zubereitung:

**Butter, Zucker, Eier, Mehl und Backpulver
in einer Schüssel vermischen bis ein
glatter, glänzender Teig entsteht, 1 ½ El
Blüten dazu geben, den Teig in
Papierförmchen geben und einige Blüten
mit etwas Zucker vermischt über die
Törtchen streuen.
Im Ofen bei 160 Grad ca. 25-30 Minuten
backen.**

Prevod na čienski:

Mag. Edith Mühlgaszner MAS

Koprivova juha

Dodatki:

20dag koprivov, 2 žljice putora, 2 žljice muke, 1 mali luk, 1/4l mlika, sol, papar, češanj, 1/4l varnjiča

Način priredjivanja:

Koprive se u malo vode prekuhaju i pasiraju. Na mali posičeni luk se u putoru zgraši, doda se muka i načinji se friga, marzlim mlikom se zalje i sve dobro zmiša. Pasirane koprive se dodaju, još jednoč mora sve zakipit i doda se još varnjiče.

Tip: More se zet i šaku kopriv, kiseljaka, tratinčic, malo stolisnika, dobričice i mrtve koprive.

Prevod na čienski:

Mag. Edith Mühlgaszner MAS

Juha od dobričice

Dodatki:

1 luk, dobričica, vulje

Način priredjivanja:

Luk na mali porizat, u vulju speč, dobričicu na mali porizat i dodat, kratko dinstat, juhom zaljat i do 20 minut kuhat. Dodat se moru krumpļjinove kockice, da juha nastane gušća. Sve skupa pirirat, dodat varnje i varnjiče, posolit i nastrugat muskata. Juha se nagrabi u šalice, posiplje se na mali posičenimi dobričicami i tratinčicami.

Prevod na čienski:

Mag. Edith Mühlgaszner MAS

Karhićeva šalata

Lišće i žilje od karhića oprat, porizat na vuske štrafe (more se i hasnovat lišće od brize), dodat vulja, octa, soli, 2 žljice sameljenih ili cilih horijev i 1 na mali porižen luk. Dobro se paše i sir.

Krumpljinova šalata s karhićem

Kuhane krumpljine porizat, 1 luk porizat, lišće i žilje od karhića oprat, porizat sve na vuske štrafe, dodat vulja, octa, soli i 1 na mali porižen luk. Za garniranje se zamucviti od karhića.

Prevod na čienski:

Mag. Edith Mühlgaszner MAS

Slanci s biljkami i sirom

Smarznuto lisnato tisto razmotat, na polovicu nastrugat sir, posipat posikanimi biljkami (karhić, sedmolist, dobričica, ...) i posolit. Drugom polovicom tista sve pokrit. Skraja se mora sve dobro pretisnut i sukalom presukat. Onda se sve poriče na oko 2 cm čiroke štrafe, pomaže se jajcem, omota se na špirale. Ovi falati se poredu na papir u pleh, moru se postrovašit soljom, kominom ali biljkami. Onda se pri 220 stupnjev oko 10 minut u regljinu peću. Jist se moru i s koprivovom juhom ili s juhom od dobričice ili s karhićevom šalatom.

Prevod na čienski:

Mag. Edith Mühlgaszner MAS

Glazirane markve sa sedmolistom

Dodatki:

1/2kg markve ili krumpljinov, 50g putora, sol, papar, 25g cukora ili meda, 70g posičenoga sedmolista

Način priredjivanja:

Markvu (krumpljine) oguljit, na ½ cm široke štrafe porizat, slanom vodom zaparit, putor zvručat, dodat markvu, sol i papar, cukor ili med glazirat, sedmolist kratko pred serviranjem med markvu zmišat.

Prevod na čienski:

Mag. Edith Mühlgaszner MAS

Tortice od cvitov

Dodatki:

100g mefkoga putora, 100g cukora, 2 jajci, 100g muke, 1 žličicu praha za pecivo, 2 žljice cvitov (neven, lavanda, latice od rože ili karhića, ...)

Način priredjenja:

Putor, cukor, jajca, muku i prah za pecivo u zdili zmišat dokle nastane lipo tisto, dodat 1 ½ žljic cvitov, tisto u papirušne torbičice pometat, nekoliko cvitov s cukorom zmišat i tim tisto postrovašit. U regljinu pri 160 stupnjev oko 25-30 minut peć.