



© N. Prey

Kräuterweisheiten und Tipps für die Küche

Königskraut, Bienenkraut, Josefskräutlein Basilikum

Das Kraut wurde früher verwendet, um die Treue der Ehefrau zu prüfen. Es wurde unter einen Suppenteller gelegt. Aß die Frau die Suppe, galt sie als treu. Basilikum soll fröhlich machen. Die Griechen trugen Amulette mit Basilikumblättlern, um böse Blicke fernzuhalten.

Probieren Sie Basilikum mit frischen Erdbeeren und Melonen. Passt gut zu Kerbel, Zitronenmelisse, Petersilie und Minze – diese haben ähnliche Aromen und unterstützen sich gegenseitig. Schmeckt fein zu Pilzen.

Bienenkraut, Gundelkraut, Immenkraut Thymian

Mit einem Haargesteck aus Thymian werden Frauen der Überlieferung zufolge unwiderstehlich. Der Thymianduft verleiht Mut und Energie. Er vertreibt Kummer und Sorgen. Durch ihn erlangt man Kraft und ein weites Herz.

Probieren Sie Zitronen- oder Orangenthymian im Obstsalat, Erdbeer- oder Marillenmarmelade mit Thymian. Passt gut zu Majoran, Salbei und Bohnenkraut – diese sind kräftig genug im Geschmack, um sich vom Thymian nicht dominieren zu lassen.

Lieblingskraut, Reslmarie, Hochzeitskraut Rosmarin

Brautleute stecken nach der Hochzeit einen Zweig in die Erde. Bewurzelt er sich, wird die Ehe glücklich. Schüler im frühen Griechenland trugen Rosmarinkränze während Prüfungen, um die Konzentration zu steigern. Soll Dämonen fernhalten. Rosmarin gilt als Symbol für Freundschaft und Treue. Unter das Kopfkissen gelegt, hören Alpträume auf.

Probieren Sie Rosmarin zu gerösteten Nüssen. Passt gut zu Majoran, Lorbeer, Melanzani, Bohnen, Marillen und Äpfel.

Liebesstock, Gichtstock, Nervenkräutl Liebstöckel

Aus der Wurzel macht man Liebestränke. Mädchen tragen die Blumen auf der Haut, um den Liebsten an sich zu fesseln. Am Himmelfahrtstag auf ein Kreuz gebunden, bewahrt er das ganze Jahr vor Kreuzschmerzen. Legt man Liebstöckel einer brütenden Henne ins Nest, dann schlüpfen die Küken leichter.

Probieren Sie Liebstöckel zu Karottensalat, Eierspeis und Frischkäseaufstrich. Zarte junge Blätter schmecken fein im Salat.

Erdäpfelstrudel mit Liebstockel-Pesto (4 Personen)

Zutaten: 1 Pkg. Strudelteig, 600 g mehlig-e Erdäpfel, 2 Eier, 1 Becher Sauerrahm, 100 g Zwiebeln, 250 g Schwammerl, 50 g Butter, 2 gehackte Knoblauchzehen, Salz, Pfeffer, Muskatnuss, 1 Becher Joghurt, vers. Kräuter

Zubereitung: Erdäpfel kochen, schälen und passieren, nach dem Auskühlen mit Eiern und einem halben Becher Sauerrahm vermischen. Mit Salz und Muskatnuss würzen. Zwiebel hacken, mit blättrig geschnittenen Schwammerln in Butter anrösten. Knoblauch dazugeben und kurz anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Backrohr auf 180 °C vorheizen. Strudelteig auseinanderfalten. Zwischen den beiden Schichten und an den Rändern mit flüssiger Butter bestreichen. Die Hälfte der Erdäpfelmasse auf 2/3 des Strudels streichen, mit 2 EL Liebstockelpesto bestreichen und die Schwammerlmasse aufstreichen, straff einrollen, Enden verschließen. Mit der zweiten Strudelteighälfte genauso verfahren. Strudel auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und mit flüssiger Butter bestreichen. Im vorgeheizten Backrohr ca. 30 Minuten backen.

Aus Joghurt, dem halben Becher Sauerrahm und Kräutern einen Dip zubereiten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Liebstockel-Pesto

Zutaten: 120 g Liebstockel, 80 g glatte Petersilie, 40 g geriebene Mandeln, 80 ml Öl, Salz

Zubereitung: Liebstockel und Petersilie fein schneiden. Mit Mandeln und Öl cremig mixen. Mit Salz abschmecken.