

Blüten trocknen

Getrocknete Blüten bringen Farbe in unsere Speisen

Die Farbstoffe der Blütenblätter sind jedoch nicht nur schön anzusehen, sie haben auch eine spezielle Wirkkraft. Daher ist schonendes Trocknen besonders wichtig, um die Farbe optimal zu erhalten. Wird diese beim Trocknen zerstört, so verblassen auch die wertvollen Inhaltsstoffe.

Blüten mediterraner Kräuter eignen sich gut zum Trocknen

Blüten von mediterranen Pflanzen wie Oregano, Thymian und Lavendel lassen sich leicht trocknen, weil sie sehr wasserarm sind. Wichtig ist diese in voller Blütenpracht zu ernten, um einen Großteil der Farb- und Inhaltsstoffe beim Trocknen zu erhalten. Auf eine Holzplatte legen oder in kleinen Sträußen aufhängen und an einem warmen, schattigen Platz (z.B. am Dachboden) trocknen lassen.

Gutes Ergebnis bei raschem Trocknen

Innerhalb von 2 bis 3 Tagen sind sie im optimalen Fall trocken. Danach die Blüten vom Stengel trennen, in Gläser füllen und trocken lagern. Ist die Farbe vollkommen verblasst, entsorgen Sie die Blüten besser. Eine Quetschung der Blütenblätter oder zu langes Trocknen können hier der Grund sein.

Ringelblumen zum Trocknen vorbereiten

Zupfen Sie die Zungenblüten vor dem Trocknen von den Blütenköpfen. Ganze Blütenköpfe brauchen zu lange, bis ihr Wasser verdampft ist. Das geht auf Kosten der Leucht- und Wirkkraft. Flavonoide, die Ringelblumen gelb und orange strahlen lassen, spielen eine wichtige Rolle bei der Wundheilung. Getrocknete Blütenblätter können Sie auch im Biskuitteig mit verarbeiten oder im hellen Brotteig als Herbst-Ciabatta servieren.

Verwenden Sie auch die Blüten der Minze

Die zart lila Blüten unserer Minzearten bringen aromatische und farbliche Abwechslung in Teemischungen. Obstsalate erhalten durch ihre Beigabe eine frische Note.

Achtung: Sparsam dosieren, weil auch die getrockneten Blüten (je nach Minze Art) noch das ätherische Öl Menthol enthalten.

Viele weitere Möglichkeiten zur Verwendung von Blüten

Getrocknete Blüten, in kleinen Schalen angerichtet, sind eine schöne Dekoration. Seifen mit Blütenblättern sind wertvolle Geschenke. Auch Badesalze mit Blüten selber gemacht sind eine Alternative zu herkömmlichen Schaumbädern.

Getrocknete Blüten mit Salz oder Zucker verwenden

Blütensalz lässt sich leicht selbst herstellen. Salz und Blüten im Verhältnis 10:1 mischen. Aromatische Mischungen entstehen mit Thymian-, Salbei- und Oregano Blüten.

Für süßen Blütenzucker vermengen Sie heimischen Bio-Kristallzucker mit Ringelblumen und Kornblumen. Diese Mischung ist hübsch auf Mehlspeisen oder Desserts wie Vanillepudding.

Teemischungen mit Blüten bereiten

Als Vorbereitung für Herbst und Winter können Sie Teemischungen aus Blüten und Kräuter mischen. Für eine optisch ansprechende Mischung nehmen Sie einen Teil Blüten und zwei Teile Kräuter. Sehr gut harmonieren die Kräuter mit ihren entsprechenden Blüten z.B. Salbei und Salbeiblüten, Minze und Minzeblüten und Thymian und seine Blüten. Kornblumen und Ringelblumen sind willkommen Farbtupfer in herbstlichen Tees.