

Rezepte mit Wildfrüchten

Fruchtleder (-käse)

Die Früchte (z.B. Äpfel, Quitten, Hagebutten oder Kornelkirschen) werden in wenig Wasser gekocht, anschließend püriert und mit 2:1 Gelierzucker vermischt. Die Masse ca. 1 cm dick auf ein Backpapier streichen und trocknen (über der Heizung, Kachelofen oder im Ofen bei 65°C). In Rauten schneiden oder mit Formen ausstechen. In Dosen zwischen Papierlagen aufbewahren. Sehr gut auf dem Plätzchenteller!

Blütenzucker

Frische Blüten (Rosen, Holunder) im Verhältnis 1 Teil Zucker zu 2 Teilen Blüten im Mixer fein vermahlen und maximal 3 cm dick auf Backpapier verteilt. Bei Raumtemperatur den Blütenzucker ca. 7 Tage trocknen, mehrmals wenden. In Gläser füllen und dunkel lagern.

Wildfruchtlikör

Etwa 500g voll reife Früchte (Hagebutten, Kornelkirschen, Holunderbeeren, Ebereschen, Schlehen etc.) mit 200g braunem Kandiszucker, 1l klarem Schnaps (Alkoholgehalt und Sorte sind Geschmackssache) und eventuell Vanille, Zimtstange oder Kräuter in eine Flasche mit weitem Hals füllen und verschließen. An einem sonnigen Platz auf der Fensterbank 4 Wochen lang aufstellen, ab und zu schütteln. Anschließend abseihen und in verschlossenen Flaschen lagern.

Kornelkirschen süßsauer eingelegt

1kg reife, dunkelrote Kornelkirschen gewaschen und verlesen

Sud kochen aus 250 ml Rotwein, 250 ml Balsamico Essig rot, 15 Nelken, 1 Zimtstange, 10 EL Honig oder 200g brauner Kandiszucker. 30 min ziehen lassen, abseihen und nochmals aufkochen lassen, vom Herd nehmen und die Kornelkirschen einlegen, 10 min ziehen lassen. Die Früchte abgießen und in Schraubgläser füllen. Den Sud evtl. etwas reduzieren und kochend über die Früchte gießen, mit Deckel verschließen und kühl mindestens 2 Monate reifen lassen. Eine Delikatesse auf Antipasti-Tellern, zu Wild oder Rindfleisch.

Hagebuttentee

Hagebutten ohne Stiel im Ganzen trocken bis sie hart sind. Anschließend in der Küchenmaschine mahlen, bis auch die Kerne halbiert sind. In einem Schraubglas aufbewahren. Für 1 Liter Tee benötigt man 3 EL Hagebuttenpulver, mit heißem Wasser übergießen und durch ein Stoffsieb gießen. Mit Honig süßen. Der Tee wird goldgelb, eine „Vitamin C Bombe“ für kalte Tage!

Hagebuttenmarmelade

600g Hagebutten im Ganzen mit etwas Orangen- oder Apfelsaft weich kochen und mit dem Stabmixer pürieren, dann durch ein feines Sieb, besser durch die „Flotte Lotte“ drehen. (Eine „Batzlerei“, die sich aber rentiert!) Das entstandene Fruchtmarmelade abmessen und eventuell mit Saft verdünnen. Nach Vorschrift mit Gelierzucker 2:1 aufkochen und in Gläser füllen.

Roter Holler-Sauce

200g kleingeschnittene Aprikosen, 300g abgezapfte rote Holunderbeeren gemischt mit Pektin für 500g Früchte, 100g Honig, 30ml Balsamico Essig für 15 Minuten kochen, etw. Nelkenpulver, Kardamom, Koriander, Orangenschale, Pfeffer, Salz zufügen und 5 Minuten ziehen lassen. Die Sauce passieren, damit die Holunderkerne entfernt werden und in Schraubgläser füllen. Passt gut zu Leber, Wild und Rindfleisch.

Sanddorn-Apfel-Marmelade

200g Sanddornfrüchte mit etwas Wasser unter Rühren aufkochen und durch ein Sieb passieren, um die Kerne zu entfernen. Mit 250g Apfelstücken, 200g braunem Zucker und 250g Gelierzucker aufkochen und in Gläser füllen. Als Brotaufstrich, auf Pfannkuchen oder in den Tee.

Tipp: Sanddorn hat ein starkes Eigenaroma und kann sehr gut „gestreckt“ werden. Je nach Geschmack.

Holunderblüten-Nockerl

3 Eiweiß mit 75g Zucker sehr steif schlagen, dann 30g Holunderblütenzucker (siehe oben) und abgeriebene Orangenschale zugeben. Mit einem Esslöffel Nockerl abstechen und in heißes, nicht sprudelndes Wasser geben, nach einigen Minuten vorsichtig wenden und sofort in warmer Vanillesauce oder Schwarzer Holundersuppe servieren.

Schwarze Holundersuppe

500g Holunderbeeren, 125 ml Wasser unter Rühren sanft köcheln, dann abseihen, die Beeren gut ausdrücken. Den Saft mit 60ml Rotwein oder Apfelsaft, 100g brauner Zucker, Zimtstange, 5 Nelken, Kardamom und evtl. 1 TL Essig 10 min kochen und etwas ziehen lassen. Die Gewürze abseihen und die Suppe mit 125ml frisch gepresstem Orangensaft abschmecken. Lauwarm mit Holunderblüten-Nockerl servieren.

Weißdornfrüchtebrot

1kg frische Weißdornfrüchte sauber verlesen und in 250ml Orangensaft weich kochen, anschließend das Fruchtmus durch ein Sieb passieren, damit die Kerne entfernt werden. Aus 1kg Mehl, 1Teelöffel Salz, 40g Hefe, 3EL Honig und dem Fruchtmus einen geschmeidigen Hefeteig bereiten. 2 Stunden gehen lassen, durchkneten, in gefettete und gemehlte Kastenform geben und nochmals gehen lassen. Bei 200°C 40 Minuten goldbraun backen. Mit Butter und Honig servieren.

Ambrosia-Creme mit Brombeeren

150g Brombeeren zerdrücken und mit 80g braunem Zucker und 120ml Sauerrahm mischen. 250ml Sahne schlagen und die Hälfte unter die Beeren heben. Die übrige Sahne mit 40g Puderzucker, 1 Prise Kardamom und abger. Orangenschale kurz schlagen. Anschließend die beiden Massen schichtweise in 5 Stielgläser füllen. Dabei 150g ganze Brombeeren dazwischen legen, und abschließend dekorieren. Gut gekühlt mit Minze Blättern bestreut servieren.

Grüne Walnüsse eingelegt

60 grüne Walnüsse (im Juni) mit einer Gabel oder Rouladennadel öfter einstechen; am besten Handschuhe verwenden; für ca. 8 Tage in Wasser einlegen, dabei das Wasser täglich wechseln. Anschließend kurz in heißem Wasser blanchieren; abgießen und abkühlen lassen. Inzwischen 3l Wasser mit 1,5kg Zucker, 10 Nelken, 2kl. Zimtstangen, Zitronen- und Orangenschale aufkochen und über die Nüsse gießen; über Nacht ziehen lassen. Am nächsten Tag alles erhitzen; die Nüsse in Twist-off Gläser füllen; den Sud abseihen und einkochen lassen, dann über die Nüsse gießen und mit Schraubdeckel fest verschließen.

Mispelkonfitüre

1g vollreife Mispeln von den Stilansätzen befreien und vorsichtig mit den Fingern aus der Schale drücken. Mit 0,5l Apfelsaft erhitzen und durch ein nicht zu feines Metallsieb oder flotte Lotte drücken. Evtl. je einen klein geschnittenen Apfel und eine Birne, Saft von einer Zitrone, ½ Teel. Muskat zufügen und nach Vorschrift Gelierzucker 2:1 zugeben und Konfitüre kochen.

Variante1: Verhältnis Mispel-Birne 1:1; +Zimt

Variante2: Verhältnis Mispel-Quitte 1:1

Achtung: die Masse ist immer ziemlich dick und neigt zum Anbrennen, deshalb O-Saft oder Apfelsaft zusätzlich, dann jedoch die Gelierzuckermenge anpassen!

Variante3: statt mit Saft, mit 400 ml Rotwein, 100 ml roter Balsamico Essig und Nelken!

Holunderblütengelee

1l trockenen Weißwein oder Apfelsaft, 2l Wasser und ¼ l Zitronensaft erwärmen; 20-30 Holunderblüten (ohne Läuse, dicke Stängel entfernen) zugeben und über Nacht stehen lassen; abseihen, 2,5 kg Gelierzucker 2:1 (oder 2kg Gelierzucker 2:1 + 1 Pck. Geliermittel 2:1 untergemischt) zugeben und Gelee nach Anweisung kochen; in Gläser füllen.

Holunderblütensirup

2kg Zucker in 2l Wasser unter Erhitzen auflösen, 50g Zitronensäure zugeben, 15 Holunderblütendolden (ohne Läuse und dicke Stängel) zugeben, 2-3 unbehandelte Zitronen in Scheiben darauf legen und ca 3 Tage bei Zimmertemperatur durchziehen lassen. Abseihen und in saubere Flaschen füllen. Für eine längere Haltbarkeit den Sirup bis kurz vor dem Siedepunkt erhitzen und dann abfüllen.

Holunderblüten-Küchle

dickflüssigeren Pfannkuchen Teig herstellen; gutes Frittier Fett erhitzen und Holunderblütendolden (Stängel dranlassen zum Festhalten!) kopfüber mit den Blüten in den Teig tauchen, überschüssigen Teig mit einer Gabel abstreifen, die Blüten kopfüber in das heiße Fett tauchen, dabei etwas auf und ab bewegen, damit die Dolden schön breit werden und keinen Klumpen bilden, ausbacken, auf Küchenpapier legen und anschließend in Zimtzucker tauchen, warm mit Kaffee servieren. (die Stängel werden natürlich nicht mit verzehrt.)

Fermentierter Tee aus Himbeer- und Brombeerblättern

Frische, hellgrüne, noch weiche Himbeer- und Brombeerblätter auf einem Tuch ausbreiten und ein paar Stunden anwelken lassen; mit einem Nudelholz kräftig walken, dabei mit Wasser besprengen. Kräftig durchkneten und zu einem Ballen formen, fest ins Tuch rollen und abbinden. 4-5 Tage an einen schattigen aber sehr warmen Ort legen (30 bis 35 Grad C), evtl Kachelofen. Sind die Blätter dann braun verfärbt und duften angenehm, war die Fermentation erfolgreich. Nun ausbreiten und auf Küchenpapier schnell trocknen (der Tee muss bröseln). In Gläsern dunkel aufbewahren.

Natürlich können die Blätter auch frisch getrocknet werden.

Zusammenziehend, entzündungshemmend, blutreinigend, immunstärkend (kann täglich getrunken werden)

Viel Spaß beim Nachkochen und selber genießen oder verschenken!