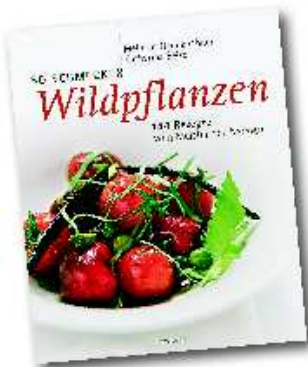


Küchengeheimnisse

■ 144 Kochrezepte aus der Welt der Wildpflanzen



M. Neunkirchner / K. Seiser:
„So schmecken Wildpflanzen“, Loewenzahn Verlag, 296 Seiten mit Farbfotos, ISBN 978-3-7066-2463-3

Essbare Wildpflanzen sind allgegenwärtig. Die wahren Aroma-Wunder für unsere Küche wachsen allerort in Gärten, Wiesen und Wäldern. Wie Hirtentäschel, Hagebutte & Co. für unvergleichlichen Genuss sorgen, weiß der Wiener Meisterkoch Meinrad Neunkirchner. In dem Kochbuch gibt er seine Geheimnisse rund um die kulinarische Welt der Wildpflanzen preis – in 144 Rezepten. Hinzu kommen Pflanzenporträts und Tipps zum Erkennen, Sammeln und Verarbeiten mit einem Wildpflanzen-Wegbegleiter.



Kaninchenkeule mit Hirtentäschel

Zutaten für 4 Personen

4 ausgelöste Kaninchenkeulen
• Salz • geschroteter schwarzer Pfeffer • 2 EL gehacktes Hirtentäschel • 1 EL Butter • 2 EL Olivenöl

Für das Gemüse:

1 Feldgurke, geschält, halbiert, entkernt, in mundgerechte Stücke geschnitten • Salz • 1 Prise Staubzucker • 1 Spritzer Limettensaft • ca. 200 g Kirschtomaten, halbiert oder geviertelt • ca. 100 g Stachelbeeren, halbiert • ca. 2 Hand voll junges Hirtentäschel • 2–3 EL Olivenöl

Zubereitung

Kaninchenkeulen mit Salz, Pfeffer und Hirtentäschel einreiben. In Butter und Olivenöl leicht anbraten. Im vorgeheizten Backrohr bei ca. 190 °C unter öfterem Begießen mit dem Bratfett ca. 15–20 Min. fertig braten. Gurkenstücke in einer Pfanne mit wenig Wasser untergießen und kurz dünsten. Mit Salz, Staubzucker und Limettensaft abschmecken. Tomaten und Stachelbeeren dazugeben und kurz mitdünsten. Hirtentäschel beifügen, durchschwenken und mit Olivenöl abschmecken. Gemüse mit der Kaninchenkeule in tiefen Tellern anrichten.

Tagliatelle mit Bachkresse & Parmesan

Zutaten für 4 Personen

ca. 300 g Tagliatelle • 2 Hand voll geputzte Bachkresse (ohne grobe Stängel) • 2 EL Olivenöl • 1 Spritzer Weißwein • ca. 125 ml Sahne • Salz • weißer Pfeffer aus der Mühle • 1 Prise Muskatnuss • ev. 2 EL Schlagsahne • 4 EL gehobelter Parmesan • frische Bachkresse zum Garnieren

Zubereitung

Tagliatelle in Salzwasser al dente kochen. Bachkresse in einem Topf in Olivenöl kurz anschwitzen und mit Weißwein ablöschen. Sahne dazugeben, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und einmal aufkochen. Mit dem Pürierstab mixen. Die Tagliatelle beifügen und kurz durchschwenken; ev. Schlagsahne unterziehen (so wird's cremiger). Auf tiefen Tellern anrichten. Mit gehobeltem Parmesan und Bachkresse garnieren.



Waldmeistersorbet

Zutaten für ca. 600 ml

½ l trockener Sekt • Saft von ½ Zitrone • ca. 100 ml Läuterzucker (sh. unten) • ca. 3 Zweige Waldmeister (gefroren) • ev. 1 EL gefrorene Waldmeisterblätter, frisch gehackt

Zubereitung

Alle Zutaten in einer Schüssel verrühren und mit Klarsichtfolie abdecken. Im Kühlschrank ca. 2–3 Std. ziehen lassen. Durch ein feines Sieb seihen. Ev. 1 EL frisch gehackte Waldmeisterblätter unter die Masse mischen und in der Eismaschine cremig frieren. Läuterzucker: ½ l Wasser mit 500 g Zucker aufkochen, 5–7 Min. langsam kochen. Auskühlen lassen.

