

Gebratene Löwenzahnknospen

ZUTATEN

- F2 Hand voll Blütenknospen vom Löwenzahn (noch geschlossen)
- 1-2 Zehen Knoblauch in dünne Scheiben geschnitten
- Olivenöl

ZUBEREITUNG

Knoblauch in Olivenöl anbraten, Löwenzahnknospen dazu geben und alles goldbraun rösten, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Schmeckt herrlich auf Nudeln mit Parmesan dazu oder einfach auf einem getoasteten Schwarzbrot.

Mühlviertler Röhrlsalat

ZUTATEN

- 8 Löwenzahnstängel mit Blütenköpfen
- 200 g kleine Löwenzahnblätter (ca. 2 Handvoll)
- etwas Essig
- etwas Kräutersalz
- frisch gemahlener Pfeffer
- 500 g frisch gekochte Kartoffeln
- etwas Kürbiskernöl

ZUBEREITUNG

Löwenzahnstängel bis zu den Köpfen mit einem Messer fein einritzen und in kaltes Wasser legen. Während die Stängel im Wasser einen Teil ihrer Bitterstoffe abgeben und sich hübsch einkringeln, die Löwenzahnblätter fein schneiden und mit Essig, Salz und Pfeffer marinieren. Gekochte Kartoffeln in feine Scheiben schneiden und über die Löwenzahnblätter geben. Mit einem Teller abdecken und etwas abkühlen lassen. Kurz vor dem Servieren den Salat dick mit Kürbiskernöl beträufeln und mit den gekringelten Blütenstängeln dekorieren. Am besten schmeckt dieser Salat lauwarm. Dazu passen herrlich die Brennessel-Kartoffel-Rösti aus Irmi Kaisers Kochbuch.



IRMI KAISER

UNKRAUT GENUSS

&

WILDPFLANZENKÜCHE

100
Rezepte
voller
Geschmack

Mit Fotos von Jacqueline Schmidsberger

KNEIPP
VERLAG WIEN

