

Brennessel-Rezepte 2 (Info-Datei)

vollständige Datei, siehe bei Brennessel-Rezepte 2 (mit Kennwort)

weitere Infos auf meinem Blog: <http://wildkraeuterrezepte.blogspot.com/>

| | |
|---|--------|
| Brennessel-Rezepte 2 (Info-Datei)..... | - 1 - |
| Brennesselknoedel mit Wurzelgemueseragout | - 2 - |
| Brennessel-Risotto | - 3 - |
| Fadennudeln mit Brennesseln | - 3 - |
| Brennessel-Spätzle mit Käsesoße..... | - 4 - |
| | |
| Brennesselgratin mit Morcheln | - 5 - |
| Brennessel-Frikadellen | - 5 - |
| Haferflocken-Pfannkuchen mit Brennesselcreme | - 6 - |
| Cannelloni mit Brennesselfüllung | - 7 - |
| Polentaschnitten mit Lauch-Brennesselgemüse | - 8 - |
| Teigwaren mit Brennessel-Pesto | - 9 - |
| Strudel mit Tofu-Brennesselfüllung | - 10 - |
| Brennesselquiches mit knackigem Wildsalat | - 11 - |
| Quark-Pizza mit Brennesseln | - 12 - |
| Kräuterpizza mit Brennesseln | - 13 - |
| Brennessel-Kartoffel-Kuechlein | - 14 - |
| Brennesselbrot | - 14 - |
| Brennesseltorte | - 15 - |
| Brennessel-Aktivdrink | - 15 - |
| Quarksouffle mit Erdbeeren und Brennesselsauce | - 16 - |
| Löwenzahn-Brennessel-Bier | - 17 - |
| Brennessel-Tee | - 17 - |

Brennesselknoedel mit Wurzelgemueseragout

Zutaten:

3 El. Sonnenblumenoel
1 klein. Zwiebel; in Wuerfelchen
1/4 klein. Knoblauchzehe; zerdrueckt
50 g Frische Brennesseln gewaschen, und in Streifen geschnitten
8 Alte Vollkornsemmel in feine Scheiben
375 ml Milch; lauwarm
3 Eier
Salz
2 Karotten
1 Petersilienwurzel beide gebuerstet und schraeg in Scheiben geschnitten
1 klein. Kohlrabi; geschaelt und in duenne Spalten
125 ml Gemuesebouillon
125 ml Rahm
Kraeutersalz
Pfeffer
Pfeilwurzmehl; zum Binden falls noetig
Brennesselblaetchen in wenig Kokosfett gebraten, auf einem Krepptuch abgetrocknet

Zubereitung:

Fuer die Knoedel die Zwiebelwuerfelchen zusammen mit dem Knoblauch und den Brennesseln in Oel duensten.

Die Semmelscheiben mit der warmen Milch uebergiessen und einziehen lassen. Dann die Eier, Salz und die Brennesseln untermischen, aus dem Teig mit nassen Haenden kleinere Knoedel (Durchmesser etwa fuenf cm) formen und ueber dem Wasserdampf in einem Kartoffeldaempfer in zehn bis fuenfzehn Minuten garen.

Inzwischen das Ragout vorbereiten: Das Gemuese mit der Bouillon und dem Rahm in einen Topf geben und bei mittlerer Hitze in einigen Minuten garen - nicht kochen! Am Schluss mit Kraeutersalz und Pfeffer abschmecken und die Fluessigkeit gegebenenfalls mit etwas Pfeilwurzmehl binden.

Brennessel-Risotto

Für 4 Personen

- * 1 großes Bündel Brennessel, gewaschen, geschnitten
- * 2 mittelgroße Zwiebeln, klein geschnitten
- * 6 EL Öl
- * 350 g Vollkornreis
- * Salz, Pfeffer
- * 1/2 l Brühe
- * 60 g geriebener Parmesan

Zwiebeln und Brennessel in Öl andünsten. Reis zugeben und mit 1 l heißem Wasser aufgießen, mit Salz und Pfeffer würzen. Ca. 20 Minuten kochen, immer wieder mit Brühe aufgießen. Mit Parmesan bestreut servieren.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

Fadennudeln mit Brennesseln

Zutaten:

- 500 g Nudelmehl
- 4 Eier
- 1 Suppenlöffel Olivenöl
- 1 halbe Tasse Wasser (je nach Größe der Eier und Konsistenz des Teiges)
- 1 Teelöffel Salz
- 100 g Brennesseln

Zubereitung:

Brennesseln in kochendem Wasser garen, danach fein hacken. Mehl in den Behälter sieben, in dem der Teig geknetet wird. Im Mehl eine Mulde formen. Eier, Olivenöl, Wasser, Salz und Brennesseln hinzufügen. Die Mischung zum Teig kneten. Teig, mit einem feuchten Tuch bedecken und eine halbe Stunde ruhen lassen.

Teig in ca. 2 mm dünn ausrollen und über Feuer auf einer Metallplatte oder in einer größeren Pfanne kurz austrocknen, aber nicht anbraten. Teig in Stücke teilen, zu einer Rolle zusammenrollen und mit scharfem Messer ca. 5 mm breite Streifen schneiden.

Zwischendurch die einzelnen Teigblätter mit Mehl bestreuen, damit sie sich nicht verkleben.

Fadennudeln in heißem Salzwasser weich kochen. Aus dem Wasser nehmen und servieren.

Man kann die Nudeln auch mit etwas Mehl bestreuen und auf einem sauberen Tuch austrocknen lassen und aufbewahren.

Brennessel-Spätzle mit Käsesoße

Für 4 Personen

- * 250 g Brennessel, blanchiert, ausgedrückt, grob gehackt
- * 3 Eier
- * ca. 250 ml Wasser
- * 350 g Weizenvollkornmehl
- * Vollmeersalz

Brennessel, Eier und Wasser zusammen im Mixer pürieren. Mit Weizenvollkornmehl zu einem glatten Teig verarbeiten. Teig durch ein Spätzlesieb in siedendes, leicht gesalzenes Wasser drücken. Nach dem Aufkochen, Spätzle 1 Minute ziehen lassen, abschöpfen und kurz kalt abschrecken.

Käsesoße:

- * 150 g Bergkäse
- * 150 g Emmentaler
- * 3 EL Sahne
- * 2 Eigelb
- * 50 ml Weißwein
- * Pfeffer
- * Muskat
- * 1/16 l Gemüsebrühe
- * 3 EL Schnittlauch
- * 2 EL gehackter Bärlauch

Bergkäse, Emmentaler, Sahne, Eigelb, Weißwein, Pfeffer und Muskat vermischen, bei schwacher Hitze erwärmen bis der Käse geschmolzen ist, in einen Mixbecher geben. Gemüsebrühe dazugeben und mixen. Schnittlauch zufügen und nochmals kurz erwärmen. Bärlauch einstreuen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten