

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

Brennessel Rezepte1 (Info-Datei):

Komplette Datei, siehe unter Brennessel Rezepte1 (mit Kennwort)

Brennessel Rezepte1 (Info-Datei):	- 1 -
Brennessel (allgemein)	- 2 -
Brennesselsuppe mit Sahne	- 2 -
Brennesselsuppe (einfache)	- 2 -
Brennesselsuppe (einfache II)	- 3 -
Brennesselsuppe (Bärlauchsuppe)	- 3 -
Brennessel-Sauerampfer-Suppe	- 4 -
Brennesselbouillon	- 4 -
Minestra di ortiche e fettuccine - Brennesselsuppe mit Fettuecine	- 5 -
Brennesselsalat 1	- 5 -
Brennesselsalat 2	- 6 -
Brennesselspinatauflauf mit Bärlauch	- 6 -
Brennesselauflauf mit Knoblauchsrauke	- 7 -
Brennesselauflauf 1	- 7 -
Brennessel-Auflauf 2	- 8 -
Brennesselauflauf 3	- 8 -
Brennessel-Auflauf 4	- 9 -
Brennessel-Kartoffeln	- 9 -
Brennessel-Gemüse (Bornessen-Gemois)	- 9 -
Brennesselgemüse	- 10 -
Brennesselspinat mit Korinthen und Pinienkerne	- 10 -
Brennesselspinat mit pochierten Eiern auf Kartoffelpüree	- 11 -
Mais mit Brennesselspinat	- 12 -
Brennessel-Spinat	- 12 -
Frittierte Brennesselblätter	- 12 -
Gebackene Brennesselblätter	- 13 -
Brennesselbratlinge	- 13 -
Brennesselnocken	- 13 -
Champignons mit Brennessel-Käsefüllung und Knoblauchsauce	- 14 -
Omelett mit Brennessel-Püree	- 14 -
Brennesselkäse mit Gänseblümchenvinaigrette	- 15 -

Brennessel (allgemein)

Andere Verwendungsmöglichkeiten von Brennesseln:

* Junge, rohe Blätter kurz heiss abgespült und fein gehackt passen in Salate oder zu Weichkäse. Für die Sauce Baumnuss- oder Distelöl, Apfel-, Sherry- oder Weissweinessig verwenden.

* Junge Brennesselblätter können auch wie Spinat zubereitet werden; sie schmecken ähnlich, jedoch etwas würziger.

* Ganze, im Bierteig frittierte Blätter sind ein besonderer Genuss.

Brennesselsuppe mit Sahne

Zutaten für Brennesselsuppe (Für 4 Portionen)

1/2 l Milch

1/4 l Sahne

3 d l Gemüsebrühe

40 g Weizenmehl

40 g Butter

100 g Brennnesseln, blanchiert

Zubereitung

Brennnesseln sehr klein hacken und in der Butter schwenken. Behutsam das Weizenmehl und die Brühe dazugeben und 5 Minuten kochen lassen, Anschließend die Milch dazu gießen und das Ganze mit Sahne und Salz abschmecken.

Brennesselsuppe (einfache)

Für 2 Personen

* 2 Zwiebeln, gewürfelt

* Öl

* 3 EL Weizen, fein gemahlen

* 3/4 l Wasser

* 2 TL Gemüsebrühe

* Pfeffer, Vollmeersalz, Tabasco

* 3 EL süße Sahne oder Butter

* 2 Handvoll Brennesselblätter, grob geschnitten

* Knoblauch nach Belieben

Zwiebeln in Öl anbraten, gemahlene Weizen dazugeben. Mit Wasser ablöschen, aufkochen und Gemüsebrühe dazugeben. Pfeffer, Vollmeersalz, Tabasco, Brennesselblätter dazugeben und pürieren. Knoblauch hinzufügen, Suppe nicht mehr aufkochen.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

Brennesselsuppe (einfache II)

für 3-4 Personen

- * 200 g junge Brennesselblätter oder -spitzen, gewaschen, abgetropft
- * 1/2 mittlere Zwiebel, in kleine Würfel geschnitten
- * 750 ml Wasser
- * 40 g Haferflocken
- * 1 TL Muskatnuß, gerieben
- * 1/2 Würfel Suppenwürze
- * 1 Ei
- * etwas Öl
- * (100 g Salami)

Brennesselblätter leicht erhitzen und mit dem Mixstab zerkleinern. Zwiebel in Öl in einem Topf andünsten. (wer mag, kann gewürfelte Salami dazugeben). Zerkleinerte Brennesselblätter und Wasser dazugeben. Haferflocken und Gewürze unterrühren. Alles zum Kochen bringen und bei mittlerer Hitze 10 Min. köcheln lassen. Das Ei zum Schluß zum Andicken der Suppe zugeben. Je nach Geschmack kann man mehr Wasser oder weniger Haferflocken (ersatzweise Grieß) zugeben.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

Brennesselsuppe (Bärlauchsuppe)

Zutaten (für 4 Personen als Vorspeise)

500 g Kartoffeln, 2 Zwiebeln, 1 Esslöffel Butter, 1 l Gemüsebouillon, etwa 75 g Brennesseln, Pfeffer, 1 rote Chilischote (nach Belieben), 250 g Frühkartoffeln, 2 Esslöffel Öl

Zubereitung

Die Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden. Die Zwiebeln fein hacken. Beides dann in der Butter 3-4 min dünsten. Anschliessend mit der Bouillon ablöschen, aufkochen und zugedeckt etwa 15 min köcheln lassen.

Die Brennesseln waschen, die Blätter von den groben Stielen zupfen und in die Suppe geben. Die Suppe weitere 10 min kochen lassen und dann im Mixer oder mit dem Stabmixer pürieren. Mit Pfeffer würzen.

Die Chilischote in Ringe schneiden. Die Frühkartoffeln schälen und in kleine Würfelchen schneiden. Im heissen Öl während 10-15 min knusprig braun braten. Dann die Chilischote hinzufügen und kurz darin wenden. Die Suppe in 4 Teller anrichten und die Kartoffelwürfelchen mit den Chiliringen darauf verteilen.

Tipp

Statt Brennesseln kann auch Bärlauch verwendet werden.