

SELBER
MACHEN



Blütenbutter

Essbare Blüten bereichern uns nicht nur wegen ihrer Buntheit und Formenvielfalt. Viele von ihnen haben darüber hinaus noch einen eigenen, ganz besonderen aromatischen Geschmack. Zum Beispiel verleihen Kapuzinerkresse-Blüten der Butter einen leicht scharfen Geschmack, ein zartes, aber deutliches Zwiebelaroma bekommt die Butter durch Schnittlauch-Blüten.

Es gibt eine Vielzahl essbarer Blüten in der Natur. Verwenden Sie die Blüten oder auch nur die Blütenblätter je nach Saison. Beim Pflücken ist es ratsam, darauf zu achten, dass die Blumen abseits von Straßen wachsen, nicht mit Kunstdünger gedüngt und nicht gespritzt wurden. Das stärkste Aroma haben die Blüten vormittags, wenn der Tau abgetrocknet ist und die Blüte sich gerade geöffnet hat. Gesammelte Blüten können in einer mit einem feuchten Tuch ausgelegten Frischhaltedose im Kühlschrank aufbewahrt werden. Ganze Blüten lassen sich auch in einer Schale mit Wasser oder einer Vase einige Stunden frisch halten. Die Blütenblätter können dann kurz vor der Verarbeitung gezupft werden. Am besten jedoch pflückt man die Blüten erst unmittelbar vor ihrer Verarbeitung.

Groß ist die Freude sicherlich auch an selbst gezogenen Blüten. Unterschiedliche Samenmischungen werden in Gärtnereien, Gartencentern und beim Pflanzenversand angeboten. Ein glücklicher Gartenbesitzer kann nach dem schauen, was gerade in seinem Garten blüht. In einigen Supermärkten und Ge-

müsegeschäften kann man speziell essbare Blütenmischungen kaufen. Auch in Bioläden und auf Märkten werden zunehmend saisonal essbare Blütenmischungen angeboten. Grundsätzlich sollte man stets darauf achten, dass man nur Blüten isst, deren Herkunft unbedenklich und bekannt ist.

Im Sommer lohnt es sich, immer einen kleinen Vorrat an Blütenbutter bereitzuhalten. Auf eine Scheibe Brot gestrichen ist sie ein dekorativer Augen- und ein delikater Gaumenschmaus.

Eine kleine Auswahl an essbaren Blüten

Borretsch	Rose
Chrysanthemen	Rucola
Dahlie	Salbei
Duftgeranien	Schafgarbe
Gänseblümchen	Schnittlauch
Gundermann	Sonnenblume
Kapuzinerkresse	Stiefmütterchen
Kornblume	Stockrose
Lavendel	Taubnessel
Löwenzahn	Thymian
Malve	Wegwarte
Mohn	Wiesenklee
Ringelblume	Zucchini



Die frischen Blüten und Blütenblätter fein hacken



In einer größeren Schüssel miteinander vermengen



Die Blütenbutter portionieren

Zutaten

- 250 g Butter
- 2 Prisen Salz
- 2 Handvoll Blütenblätter
- Zitronenöl oder Zitronensaft

Zubereitung

Vor der Verwendung der Blüten erst Stiele und Kelchblätter entfernen. Die frischen Blüten und Blütenblätter vorsichtig in kaltem Wasser waschen und trocken schleudern, fein hacken und mit der zimmerwarmen Butter, dem Salz, unter Zugabe von Zitronenöl oder Zitronensaft (nach Bedarf) in einer größeren Schüssel miteinander verkneten, bis die Butter gleichmäßig bunt mit Blütenblättern durchsetzt ist.

Danach die Butter in ein mit Frischhaltefolie ausgekleidetes Gefäß oder wahlweise in Eiswürfelbehälter streichen und so als kleine Portionen einfrieren.

Hinweis für Allergiker

Es ist nicht auszuschließen, dass Blüten bei manchen Menschen allergische Reaktionen hervorrufen können. Vorsorglich sollten daher, soweit dies möglich ist, die Staubgefäße und Stempel mit einer kleinen Schere entfernt werden.

Text: Josefa Grieshaber

Bildnachweise: Josefa Grieshaber

Quelle: www.der-pilger.de



Fertig ist der leckere Brotaufstrich