

Wildkräuterzepte mit Brennessel



Der Herausgeber hat jegliche Anstrengung unternommen die Informationen so genau und vollständig, wie möglich zu präsentieren, unbeschadet der Tatsache, dass er keine Garantien übernimmt für die Richtigkeit der Inhalte, aufgrund der sich rasch ändernden Natur des Internets.

Obwohl jeglicher Versuch unternommen wurde, um die Informationen zu bestätigen, die hier enthalten sind, übernimmt der Herausgeber keine Verantwortung für Fehler, Auslassungen oder gegenteilige Auslegung der hierin enthaltenen Themen. Möglicherweise auftretende Kränkungen von bestimmten Personen, Völkern oder Organisationen sind unbeabsichtigt.

Alle Rechte vorbehalten

Kein Teil dieses Ebook darf vervielfältigt oder in irgendeiner Form elektronisch oder mechanisch, übertragen werden, weder als Fotokopie, noch als Aufzeichnung, oder durch informationelles Speichern und Abrufen ohne ausdrückliche schriftliche, mit Datum versehene und unterzeichnete Genehmigung des Autors.

@ Fetz Albert Koblach AT Info-Tiertherapeut@tele2.at 2011

Brennnessel

Ausschlagmittel

Stiefmütterchen 10 g,
Wermut 5 g,
Hirntäschel 5 g,
Arnika 5 g,
Brennnessel 5 g,
Birkenblätter 5 g,
Erdrauch 10 g,
Silbermantel 5 g,
Wacholderbeeren 5 g,
Klettenwurzel 5 g,
Schließgras 5 g,
Ehrenpreis 10 g,
Spitzwegerich 10 g,
Pockenholz 5 g

In der Apotheke mischen lassen. 1 l Apfelwein und die Mischung in ein Einmachglas geben, bei 20 Grad C 14 Tage stehen lassen, dann abseihen. Etwas Salizyl zugeben, damit der Apfelwein nicht sauer wird. Nach Belieben süßen. Nach dem Essen 3 x 1 Esslöffel voll nehmen.

Bittergemüse

Zutaten

800 g Löwenzahn in 2 cm breite Streifen
2 El. Olivenöl
1 Zwiebel gehackt
100 g Bärlauch geschnitten
Salz
Pfeffer
1 El. Zitronensaft

Zubereitung

Löwenzahn und Zwiebel im Öl dämpfen, etwa 5 Minuten. Bärlauch beigeben, würzen und weiterdämpfen, bis der Löwenzahn gar ist. Zitronensaft zugeben, aufkochen und anrichten. Dazu: Gorgonzola-Mais und Karottensalat. Variante: Löwenzahn zum Teil durch Spinat oder Brennnessel ersetzen, wird weniger bitter.

Blutreinigungstee

1-2 Teelöffel getrocknetes Brennnesselkraut auf eine Tasse Wasser. 15 Minuten ziehen lassen, mehrmals täglich trinken. Wirkt blutreinigend! Bei Juckreiz: Umschlag mit kaltem Tee.

Brennnessel

333 mg Vitamin C (zum Vergleich Kopfsalat hat 13 mg), 7,37 g Eiweiß BRENNESSELN sind von März bis Mai gut für Kräutersuppen und Können gehackt in Salate gemischt werden. Helle Blätter und Trieb spitzen mit Handschuhen fassen. Sie schmecken würzig, spinatartig und Können auch gedünstet werden.

Brennnessel-Frikadellen

Zutaten

1 Schüssel Brennnesselspitzen
Salz
Pfeffer
1 Spur Muskatnuss
1 Ei
Vollkornmehl
Butter

Zubereitung

Die Brennnesseln in kochendem Wasser einige Minuten blanchieren, dann kalt überbrausen, damit sie ihre grüne Farbe behalten. Abtropfen lassen und auf Küchenkrepp gut ausdrücken. Dann fein wiegen und in einer Schüssel ein Ei darunter mischen. Mit Salz, Pfeffer und frisch geriebener Muskatnuss würzen und alles gut vermischen. Aus der Brennnesselmasse kleine Frikadellen formen und in Mehl wälzen. In der Pfanne die Butter erhitzen und die Frikadellen bei mäßiger Hitze unter mehrmaligem Wenden von beiden Seiten knusprig braten. Die Brennnessel-Frikadellen eignen sich als Beilage für viele Fleischgerichte. Gut passt eine Wildkräuter-Remouladensauce dazu.

Brennnessel-Sauerampfer-Suppe

Zutaten

1 Zwiebel
Suppengrün
2 El. Sonnenblumenöl •
500 g Brennnesselblätter (jung)
500 g Sauerampfer
1 Lorbeerblatt
1 l Gemüsebrühe
Kräutersalz
Pfeffer
Muskatnuss (frisch gerieben)
Knoblauch (evtl.)
125 ml Saure Sahne

Zubereitung

Die gehackte Zwiebel und das kleingeschnittene Suppengrün in dem Öl dünsten. Die gewaschenen Brennessel- und Sauerampferblätter zufügen und das Lorbeerblatt. Kurz dünsten, bis die Blätter zusammenfallen. Mit Gemüsebrühe auffüllen, mit Kräutersalz, Pfeffer, Muskat und Knoblauch abschmecken. Die Saure Sahne unterziehen. Variationen: 1 Tl. Senf dazugeben und eine in kleine Stücke geschnittene frische Gurke. Mit viel gehacktem Dill und Schnittlauch bestreuen. Oder frisch geriebenen Meerrettich, Petersilie und/oder Majoran, Zitronenmelisse, Rosmarin dazugeben. Oder 1 Eigelb darunter rühren und einen Stich Butter. Oder die Blätter ganz einfach mit kochendem Wasser überbrühen, abseihen, die Blätter fein hacken und das Wasser wieder zugießen.

Brennesselbier

Zutaten

10 l kaltes Wasser,
1 guter Eimer junger Brennesselspitzen,
3 bis 4 große Handvoll Löwenzahn,
3 bis 4 große Handvoll Klebendes Labkraut,
60 g Ingwer (ganzer, zerdrückt),
2 Teetassen brauner Zucker,
1 Scheibe getoastetes Brot,
30 g Hefe,
1 Teelöffel Zucker,
1 Esslöffel Cream of Tartar

Zubereitung

Das Brennesselbier wurde früher als Volksheilmittel gegen Gicht und rheumatische Beschwerden verwendet. Davon abgesehen ist es ein wohlgeschmeckendes Getränk. Man übergießt die Brennessel mit dem kalten Wasser, gibt Löwenzahn, das Klebende Labkraut und den Ingwer dazu und kocht vorsichtig 40 Minuten lang. Danach seiht man ab, röhrt in die Flüssigkeit den braunen Zucker ein, lässt abkühlen und füllt in ein Fass ab. Auf die Oberfläche des Saftes legt man eine Scheibe getoastetes Brot, bedeckt dieses mit der zerdrückten Hefe, die mit 1 Teelöffel Zucker und etwas Wasser verrührt wurde. Das Faß stellt man nun für 6 bis 7 Stunden an einen warmen Ort, entfernt dann den Schaum und röhrt das Cream of Tartar ein. Leider ist es mir nicht gelungen, zu klären, was Cream of Tartar ist. Vielleicht kann mir hier jemand weiterhelfen. Jetzt füllt man das Bier in Flaschen ab und verschließt diese gut. Anstatt Löwenzahn und Klebendes Labkraut kann man auch den Saft von 2 Zitronen zugeben