

# *Streifzug durch den Kräutergarten*

- *Welche Kräuter passen wozu?*
- *Kräuter konservieren*

## *Rezepte:*

- *Kerbelsuppe mit Lachs*
- *Kräuterpolenta mit Schafkäse*
- *Kräuterbrötchen*
- *Schafkäse mit Kräutern in Öl eingelegt*
- *Basilikumessig*
- *Kräuteröl*

## Kerbelsuppe mit Lachs

Zutaten für 4 Personen

1 Eßl. Butter  
1 Zwiebel  
200 g Räucherlachs  
1 l Gemüsebrühe  
3 Eßl. trockener Vermouth  
2 Kartoffeln  
2 Handvoll Kerbel  
1/8 l Sahne  
Salz, Pfeffer

### Zubereitung:

Die Butter erhitzen, die Zwiebel fein hacken, von dem Kerbel einige Blättchen zum Garnieren beiseite legen, den Rest klein schneiden, die Zwiebel und den Kerbel in der Butter andünsten.

Die Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden, zu den Zwiebeln geben, mit der Gemüsebrühe aufgießen. Etwa 20 Minuten bei schwacher Hitze köcheln lassen. Die Suppe mit dem Pürierstab glatt mixen.

Die Sahne unterrühren.

Den Lachs in Streifen schneiden und in die Suppe geben, nachwürzen. Den Fisch nur heiß werden lassen. Mit den restlichen Kerbelblättchen garnieren und servieren.

## Kräuterpolenta mit Schafkäse

Zutaten für 4 Personen

$\frac{1}{2}$ l	Milch
200 g	5-Minuten-Polenta
	Salz, Muskat
1 Bund	gemischte Kräuter
200 g	Schafkäse
3 Eßl.	Butter
2	Zwiebeln
$\frac{1}{8}$ l	Sahne

### Zubereitung:

Die Milch mit  $\frac{1}{2}$  l Wasser erhitzen, den Polenta - Grieß einstreuen, salzen und unter Rühren nach Packungsangabe etwa 5 Minuten garen, mit Muskat würzen. Vom Herd nehmen. Den Backofen auf 220 Grad vorheizen.

Die gemischten Kräuter waschen, trocken schütteln, entstielen hacken und unter den Polenta rühren.

Eine flache Auflaufform mit Butter ausstreichen.

Den Schafkäse abtropfen lassen und in Würfel schneiden.

Die Zwiebeln in Scheiben schneiden. Die restliche Butter in einer Pfanne erhitzen, die Zwiebeln darin schön braun braten. Abwechselnd Polenta und Schafkäse in die Auflaufform schichten. Die gebratenen Zwiebeln darüber verteilen und mit Sahne übergießen.

Im Backofen (Mitte) 20-25 Minuten goldbraun überbacken.

## Kräuterbrötchen

Zutaten für etwa 12 Brötchen

- 1 Würfel Hefe
  - 1 Teel. Zucker
  - 270 ml warmes Wasser
  - 500 g Dinkelmehl
  - 2 Teel. Salz
  - 1 Bund gemischte Kräuter (Petersilie, Thymian, Dill, Oregano, Salbei, Basilikum)
  - 1 Eßl. Olivenöl
- Mehl zum Kneten und Bestreuen

### Zubereitung:

Die Hefe mit dem Zucker und 70 ml warmem Wasser anrühren. Das Mehl mit dem Salz mischen, die Hefelösung und noch 200 ml warmes Wasser dazugießen, verrühren und gut kneten. In einer Schüssel zugedeckt etwa 30 Minuten gehen lassen.

Die Blättchen der Kräuter fein hacken. Die Kräuter unter den Teig mischen und mit bemehlten Händen nochmals kräftig durchkneten. Zu 12 runden Brötchen formen, die Oberfläche kreuzförmig einschneiden, auf einem gut bemehlten Backblech mit einem Küchentuch bedeckt etwa 45 Minuten gehen lassen. Nach etwa 30 Minuten den Backofen auf 220 Grad vorheizen, eine Schale mit Wasser auf den Ofenboden stellen. Mit dem Olivenöl die Oberfläche der Brötchen bepinseln und etwa 15 Minuten backen.

## Schafkäse mit Kräutern in Öl eingelegt

Zutaten für etwa 2 Gläser von je  $\frac{1}{2}$  l Inhalt

700 g      fester Schafkäse  
je 2 Zweige frischer Rosmarin und Salbei  
2          Lorbeerblätter  
4          Knoblauchzehen  
2          getrocknete rote Pfefferschoten  
etwa 300 ml Olivenöl (kaltgepreßt)

### Zubereitung:

Den Schafkäse in Würfel von etwa 1 cm Größe schneiden und in gut gesäuberte verschließbare Gläser füllen. Die Kräuter waschen, sehr gründlich abtrocknen und mit den Stielen in etwa 2 cm lange Stücke schneiden. Die Lorbeerblätter ganz lassen. Die Knoblauchzehen schälen und halbieren.

Die Kräuter mit dem Knoblauch und den ganzen Pfefferschoten in die Gläser zum Schafkäse füllen.

Alles mit so viel Öl begießen, dass die Zutaten vollkommen davon bedeckt sind. Die Gläser verschließen und den Schafkäse mindestens 2 Tage ziehen lassen.

Haltbarkeit: 4 Wochen

## Basilikumessig

Zutaten für 2 Flaschen von je etwa  $\frac{1}{2}$  l Inhalt

60 g Basilikumblätter  
1 l guter Weißweinessig

### Zubereitung:

Die Basilikumblätter waschen und sehr gründlich trocken tupfen. Dann in ein sehr sauberes, verschließbares Gefäß geben und mit Essig auffüllen.

Den Essig verschlossen an einem kühlen Ort etwa 2 Wochen ziehen lassen. Dann durch ein abgekochtes Mulltuch gießen und in sterilisierte Flaschen füllen.

Nach Wunsch einige frische, sehr gut abgetrocknete Basilikumblätter mit in die Flaschen geben.

Haltbarkeit: 2 Jahre

## Kräuteröl

Zutaten für 1 Flasche von etwa  $\frac{1}{4}$  l Inhalt

$\frac{1}{2}$  Bund Basilikum

1 Zweig Rosmarin

1 Lorbeerblatt

etwa 220 ml Olivenöl (kaltgepresst)

### Zubereitung:

Die Kräuter waschen und sehr gut trocken tupfen. In ein verschließbares Gefäß geben. Das Öl angießen und das Gefäß verschließen.

Das Öl etwa 2 Wochen ziehen lassen, dann die Kräuter herausnehmen und das Öl eventuell durch ein Sieb gießen. In eine dunkle Flasche füllen und gut verschließen.

Haltbarkeit: 2 Jahre