

Goldrutenwein:

Eine Handvoll frisch erblühter Goldrutenriebe in eine Flasche geben, 1 EL Honig hinzufügen und mit 1 Liter Weißwein aufgießen. Zwei Wochen kühl und dunkel ziehen lassen und anschließend abseihen.

Haarspülung für blondes Haar:

Eine Handvoll frische Goldrute mit ½ Liter kochendem Wasser übergießen und etwa 20 Minuten ziehen lassen. Abseihen und das Goldrutenwasser nach der Haarwäsche über das Haar geben. Nicht ausspülen. Die Spülung verleiht blondem Haar traditionell Glanz und kann die natürliche Farbe intensivieren.

Goldruten-Stangerl nach Irmi Kaiser:

1 Tasse gezupfte Goldrutenblüten, 1 frischer Hefewürfel, 200 g Dinkelmehl, 100 g Maismehl, 100 g geriebener Bergkäse, 4 EL Olivenöl, 1 TL Salz und 1 Eigelb zum Bestreichen.

Die Goldrutenblüten mit 300 ml lauwarmem Wasser mixen und daraus mit den übrigen Zutaten einen Hefeteig herstellen. Gut durchkneten und etwa 30 Minuten gehen lassen. Aus dem Teig Stangerl formen, mit Eigelb bestreichen und nach Wunsch mit Sesam und Goldrutenblüten bestreuen. Im nicht vorgeheizten Backofen bei 180 °C etwa 25–35 Minuten backen.

Vogelbeerensenf (www.monikarose.at):

250 g über Nacht in Essig eingelegte Vogelbeeren, 250 g Äpfel/Birnen, 125 ml Apfelessig, 100 ml Apfelsaft, 500 g Zucker, 1,5 EL gemahlene Senfkörner

Kernlesteet:

2 EL frische oder getrocknete Hagebuttenkerne in 500 ml Wasser über Nacht einweichen. Danach 30 Minuten kochen, bis der Tee eine rote Färbung angenommen hat. Abseihen und genießen!

Das enthaltene Vanillin in den Kernen verleiht dem Tee ein leichtes Vanillearoma. Traditionell wird er bei Nieren- u. Blasensteinen, Rheuma, Blutreinigung und zur Entwässerung getrunken.

Hagebutten Oxymel:

1 Teil Hagebutten
1 Teil Apfelessig
3 Teile Honig

Hagebutten mit Apfelessig und Honig pürieren und mind. 3 Wochen stehen lassen und immer wieder schütteln. Danach abseihen und täglich 2-3 EL zur Stärkung des Immunsystems einnehmen. Bei längerer Einnahme sollte nach 3 Wochen für 1 Woche pausiert werden.

Hagebuttenkekse:

350 g Dinkelvollkornmehl
175 g Butter oder Margarine
60 g Zucker

1 Ei, etwas Zitronensaft

Hagebuttenpulver oder Hagebuttenmus

1 Prise Salz, Kardamom, Zimt, Tonkabohne (was auch immer dir schmeckt)

Butter, Zucker und Honig schaumig schlagen und Ei hinzugeben,iterrühren. Anschließend Zitronensaft und Mehl untermengen. Hagebuttenpulver/Mus in den Teig geben und mit den Gewürzen verkneten. Teig ausrollen und Kekse ausstechen, im Backofen 10-12 Minuten backen. Wenn gewünscht noch dekorieren und genießen.

Früchte über Nacht in Essig einlegen (entbittern), mit Essig und Äpfel/Birnen, Apfelsaft und Zucker weichkochen, pürieren. Heiße Masse mit Senfpulver verrühren, in Gläser abfüllen.

Bittersirup Vogelbeere

2 Handvoll frische Vogelbeeren
1 Liter Wasser
6 EL Bio-Honig,
3-4 Scheiben frischen Ingwer,
2 TL Kurkumapulver
1 Bio-Zitrone

Vogelbeeren waschen, Zitrone vierteln, Ingwer in Scheiben schneiden und mit allen restlichen Zutaten zu einem einen Sirup auskochen. 3-4 Stunden ziehen lassen und dann abseihen und in sterile Flaschen füllen und im Kühlschrank aufbewahren.

Wilder Aperol

(gruen_sein – Dajana Krüger):

3 Tassen Wasser
1,5 Tassen Zucker
2 Tassen Vogelbeeren
½ Zitrone

Alle Zutaten in einen Topf geben und mind. 30 Minuten einköcheln lassen, immer wieder umrühren. Abfiltern und abkühlen lassen, mit 1,5 Tassen Wodka oder Gin aufgießen.

Pur, mit Tonic oder Sekt genießen.

Apfel-Vogelbeerkuchen – vegan

400 g Äpfel, 2 Handvoll Vogelbeeren, 300 g Mehl, 80 g Zucker, 1 Tüte Vanillezucker, 1 Tüte Backpulver, ¼ TL Salz, 1 TL Zimt, 150 g Sojamilch, 100 g Mineralwasser mit Kohlensäure, 92 g Pflanzenöl
Ofen vorheizen auf 180 °C.

Eine Springform (26 cm) einfetten oder mit Backpapier auslegen. Äpfel schälen und würfeln.

Mehl, Zucker, Vanillezucker, Backpulver, Salz, Zimt - Alles gut vermischen.

Sojamilch, Rapsöl, Mineralwasser hinzufügen und KURZ und gut verrühren. Nicht lange rühren!

Teig in die Springform füllen, Apfelwürfel und Vogelbeeren darauf verteilen, Äpfel etwas in den Teig drücken. Bei 180 °C Ober-Unterhitze auf mittlerer Schiene 50 Minuten backen. (Stäbchenprobe machen)

Druidenperlen

250 g Vogelbeeren, 75 g Birnendicksaft
Vogelbeeren von Stielresten säubern und in einer Pfanne bei mittlerer Hitze leicht erwärmen - Birnendicksaft zugießen und ca. 5 Minuten unter rühren garen - auskühlen lassen.
Beeren mit Saft in Gläser abfüllen und im Kühlschrank aufbewahren

Falsche Oliven aus Kornelkirsche

500 g halbreife/rote Kornelkirschen, 1l Wasser, 350 g Salz, 2 Knoblauchzehen, 10 Pfefferkörner, jeweils ein Zweig Rosmarin und Thymian, Pflanzenöl

Salz in Wasser auflösen und mit den Kornelkirschen füllen, mindestens 2 Wochen stehen lassen und täglich schütteln. Kirschen abgießen und spülen. Kräuter und Knoblauch klein hacken und geschichtet mit Kornelkirschen in Gläser füllen. Mit Pflanzenöl aufgießen und verschließen – ca. 8 Wochen dunkel und kühl ziehen lassen.



Weißdorn Quarkcreme

100 g Weißdornbeeren, 100 ml Weißwein, 100 ml Orangensaft, 1 EL Honig, 2 EL Cognac oder Grappa, 150 g grob zerkleinertes Löffelbiskuit, 500 g Quark, 1 Vanilleschote, 4 EL Honig, 1 Pr. Zimt, 150 ml steif geschlagene Sahne, geröstete Mandeln und Beeren zum garnieren.

- Weißdornbeeren mit Weißwein u. Orangensaft aufkochen
- Honig unterrühren
- durch ein Sieb steichen
- Cognac dazugeben
- Den Löffelbiskuit darin tränken.
- Quark, Vanille und Zimt verrühren
- steif geschlagen Sahne unterheben
- den marinierten Löffelbiskuit in Gläser oder Form geben
- mit der Quarkcreme auffüllen
- mit gerösteten Beeren und Mandeln garnieren.

Springkrautsirup

2-3 Handvoll Springkrautblüten, 1 Zitrone, 500 g Wasser vermischen und 24 Std ziehen lassen.

250 g Zucker, 1 Prise Tonkabohne hinzugeben und aufkochen, abseihen und heiß abfüllen.

Schlehen-Zwetschgensirup

200 g Zucker, ½ Zimtstange, 2 Pimentkörner, 3 Nelken, 1 Sternanis, 1 Kardamomkapsel, 1/2 Vanilleschote, 250 g Zwetschgen, 250 g Schlehen – beides entkernt, 250 g Wasser.

Zucker, Zimtstange, Piment, Nelken, Sternanis, Kardamom und Vanilleschote mahlen/pulverisieren. Gewürze, Früchte, Wasser und Zucker aufkochen und einige Minuten köcheln lassen. Durch ein Sieb in eine Schüssel abgießen und zurück in den Kochtopf geben. Pflaumensirup erneut aufkochen, in eine heiß ausgespülte Flasche (0,7 l) umfüllen, sofort verschließen und bis zum Servieren im Kühlschrank aufbewahren. Gekühlt ca. 4 Wochen haltbar.

Kornelkirschen süß-sauer eingelegt:

0,5l Essig, 1 Zimtstange, Koriander, Senfkörner, Wacholder, 2 TL Salz, 5 EL Rohrzucker, 8 Pfefferkörner

Die Gewürze in Essig kochen, zurückschalten und Kirschen hinzufügen, ca. 5-10 Minuten ziehen lassen. Kornelkirschen in Gläser geben, Essig nochmal aufkochen und über Gläser gießen, sofort verschließen.

Herzwein:

1 Handvoll reife Weißdornfrüchte anquetschen, mit einer halben Handvoll getrockneten Weißdornblüten und Blätter, 4 EL Melissenblätter, 4 EL Schafgarbenkraut in 2 l Rotwein zum kochen bringen.

20 Minuten ziehen lassen und abgießen. Den gekühlten Wein mit 2-4 EL Honig aromatisieren und zur genussvollen Herzstärkung likörgläschenweise (1-2 pro Tag) einnehmen.

Bei getrockneten Früchten und Kräutern die Menge halbieren!

Schlehenlikör:

350 g Schlehen (gefroren), 0,75 l Wodka, 1 Stange Zimt, 150 g Honig, 100 ml Wasser

Die aufgetauten Schlehen leicht andrücken und mit Zimtstange in eine Flasche mit großem Hals geben. Alkohol, Wasser und Honig dazugeben und mind. 4 Wochen ziehen lassen. Abseihen und genießen.