

# Wildkräuter-Pesto mit Baguette

---

 [swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/rezept-mueller-pesto-100.html](http://swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/rezept-mueller-pesto-100.html)

Snack



## Zutaten:

---

### Für das Wildkräuter-Pesto:

---

5 handvoll gemischte Kräuter Rucola, Oregano, Basilikum, Estragon, Thymian, Minze, Salbei, Löwenzahnblätter, junge Spitzwegerichblätter, Blätter von der Schafgarbe, roter Klee, 1 Rosenblüte, Petersilie

½ l Sonnenblumenöl oder auch Rapsöl

1 Knoblauchzehe

1 Packung Mandeln

### Für den Vorteig der Baguette:

---

150 gr Grieß

75 gr Mehl (Baguettemehl)

285 ml Wasser

2 gr Hefe

### Für den Haupteig der Baguette:

---

Vorteig

gr Mehl (Baguettemehl)

15 gr Backmalz

220 ml Wasser

6 gr Hefe Grieß

## Zubereitung:

---

### **Wildkräuter-Pesto:**

Kräuter grob hacken – mit etwas Öl, Knoblauchzehe und den Mandeln in einen Mixer geben. Alles gut durchmixen und evtl. Öl nachgießen.

Wenn alles eine cremige Masse ist, kann man es in die Gläser füllen – nur gut  $\frac{3}{4}$  befüllen, Rest mit Öl aufgießen. Im Kühlschrank gut haltbar!

Wenn nicht alles verbraucht ist, immer wieder mit Öl bedecken damit sich kein Schimmel bilden kann.

### **Baguette / Vorteig:**

Alle Zutaten mischen und abgedeckt bei Raumtemperatur 18 Stunden gehen lassen.

### **Hauptteig:**

Alle Zutaten in der Teigknetmaschine 10 Minuten langsam durchkneten. Danach nochmal 5 Minuten auf hoher Stufe kneten. Für eine knusprige – rustikale Kruste 2 Minuten vor Ende noch Salz dazu geben. Abgedeckt nochmals 60 Minuten ruhen lassen.

In der Zwischenzeit Backofen auf 230°C vorheizen. In 3 Portionen teilen, Baguette formen, in Grieß wälzen und nochmal 40 Minuten ruhen lassen. Danach auf eine Backfolie legen, schräg einschneiden und bei 230° C 5 Minuten – danach runter schalten auf 210° C – 20-25 Minuten fertig backen.

Christina Müller

# Wildkräutersalat mit zweierlei Kräuterrollen

 [swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/rezept-mueller-vorspeise-100.html](http://swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/rezept-mueller-vorspeise-100.html)

Vorspeise



## Zutaten

### Kräuterrolle:

300 g gemischte Kräuter (Wiesenbärenklau, Schafgarbe Blätter, guter Heinrich, Brennnessel Blätter, Baum-Spinat, Erdbeerspinat, Spinat, etc.)

4 Eigelb

Salz, Pfeffer

4 EL Milch

4 EL Dinkelmehl

4 Eiweiß

300 gr. Frischkäse

100 gr. Quark

2 EL gehackte Kräuter

### Kräutersalat:

Löwenzahn – auch die Blütenknöpfe (geschlossen)

Giersch

Ruccola

Baumspinat (junge Blätter)

Spitzwegerich

Sauerampfer

Rotklee-Blüten

Bärwurz

Salbei  
Schnittlauch  
Oregano  
Basilikum  
Estragon

### **Dressing:**

---

Öl  
Essig  
Honig  
Kräutersalz  
Pfeffer  
Curcuma  
Bertram  
Galgant  
1 TL. süßer Senf

### **Zubereitung:**

---

Backofen auf 220°C vorheizen

#### **Kräuterrolle:**

Die Kräuter hacken, kurz blanchieren und eiskalt abschrecken. Danach gut ausdrücken und zusammen mit Eigelb, Salz, Pfeffer, Milch, Dinkelmehl mit einem Mixstab pürieren. 4 Eiweiß steif schlagen und unter die Kräutermasse haben. Backblech mit Backpapier auslegen und die Masse darauf verteilen. Im Backofen 12 - 15 Minuten backen (wie ein Biskuit).

#### **In der Zwischenzeit:**

Frischkäse, Quark und 2 EL gehackte Kräuter verrühren und zur Seite stellen. Biskuit nach dem Backen auf ein Küchentuch stürzen und locker einrollen, abkühlen lassen. Nach dem Auskühlen wieder ausrollen mit der Frischkäse-Kräutermasse bestreichen und wieder fest zusammenrollen. In Frischhaltefolie wickeln und mindestens 1 Stunde kaltstellen.

Danach in Scheiben schneiden.

#### **Kräutersalat:**

Alles waschen und grob zerpfücken. Wer nicht so viele Kräuter zur Hand hat, kann auch einen normalen Salat (nach Belieben) nehmen und ihn mit den vorhandenen Kräutern verfeinern. Dazu Bärwurz, Salbei, Schnittlauch, Oregano, Basilikum, Estragon, etc. alles was im Garten hat und man gerne verwendet klein hacken und dazu geben.

#### **Dressing:**

Alles gut verrühren und über den Salat geben.

Zum Garnieren Gänseblümchen, Taglilien, Gewürztagesblüten, Kapuzinerkresseblüten, im Herbst auch Dalien (alles was man an essbaren Blüten im Garten oder Wiese findet, natürlich nicht gedüngt und gespritzt)

Christina Müller

# Weiderindgulasch in Biersoße, dreierlei Nudeln und Gemüse

 [swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/rezept-mueller-hauptspeise-100.html](http://swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/rezept-mueller-hauptspeise-100.html)

Hauptspeise



**Zutaten:**

**Für das Biergulasch:**

500 gr. Rindergulasch  
Kräutersalz  
Pfeffer  
Paprika  
Galgant  
Bertram  
1 Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
Rosmarin  
Salbei  
etwas Thymian  
dunkles Bier  
Wasser

**Für die Zucchini-Rosen:**

4 Zucchini  
Salz  
2 Eier  
3 EL Milch

## Zubereitung:

---

### **Biergulasch:**

Rinder-Gulasch mit Kräutersalz, Pfeffer, Paprika, Galgant, Bertram würzen und in einer Pfanne scharf anbraten. Zwiebel, Knoblauchzehe hacken, Rosmarin, Salbei, etwas Thymian klein schneiden und dazugeben. Und immer wieder mit dunklem Bier übergießen und anschließend mit Wasser auffüllen. Deckel drauf und 1 – 1,5 Stunden vor sich hin schmoren lassen.

Darauf achten das die Flüssigkeit nicht ganz verschwindet. Soße nochmals abschmecken und evtl. andicken. Kann auch mit Rinderfond aufgefüllt werden.

### **Zucchini-Rosen:**

Backofen auf 180 °C vorheizen. Muffinförmchen richten. Zucchini abwaschen und in dünne Scheiben reiben, in eine Schüssel legen und mit etwas Salz bestreuen, damit etwas Wasser gezogen wird und ca. 15 Minuten liegen lassen, danach abtupfen. In der Zwischenzeit die Eier mit der Milch verquirlen und je 1 EL davon in die Muffinförmchen geben. Zucchinischeiben jetzt zusammenrollen, (pro Rose 3 Scheiben – je nach Größe), in die Förmchen geben und dann im Backofen 20 Minuten garen.

Mit einem Holzstäbchen eine Probe machen, evtl. nochmals 5 Minuten weiter garen. Vor dem Servieren noch mit etwas Kräutersalz bestreuen!

Christina Müller

# Schwarzwälder Traum

---

 [swf.fernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/rezept-christina-mueller-nachspeise-100.html](http://swf.fernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/rezept-christina-mueller-nachspeise-100.html)

Nachspeise



**Zutaten:**

---

**Für die Schokoschalen :**

---

200 – 250 g Schokolade  
Luftballons

**Für den Biskuit :**

---

5 Eier  
100 gr. Zucker  
1 P. Schokoladenpudding  
100 gr. mit Mehl  
100 gr. Biskuitfein  
100 ml. Wasser  
Kirschwasser

**Für die Kirschfüllung:**

---

1 Glas Kirschen  
1 Schnapsglas Kirschwasser  
500 ml Sahne  
Vanille-Zucker

**Zubereitung:**

---



**Schokoschalen:**

Dunkle Schokolade schmelzen. Luftballons aufblasen und in die geschmolzene Schokolade tauchen. Auf ein Backblech/Platte mit Backpapier setzen, auskühlen lassen.

**Biskuit:**

Backofen auf 200°C vorheizen.

Eier, Zucker, Schokoladenpudding, Mehl, Biskuitfein und Wasser in einer 8 Min. aufschlagen.

Ein Backblech mit Backpapier auslegen, die Biskuit-Masse darauf verteilen und ca. 12 Minuten backen.

Nach dem Auskühlen runde Törtchen ausstechen und mit etwas Kirschwasser beträufeln.

**Kirschfüllung:**

Kirschen absieben, den Saft mit Kirschwasser verrühren, andicken und Kirschen dazugeben.

Anschließend auf die Törtchen verteilen.

Sahne steifschlagen und mit Vanille und Vanillezucker verfeinern.

Luftballons auf eine Platte setzen, platzen lassen und die Schoko-Schalen mit der Vanille-Sahne füllen.

Daneben die Törtchen setzen und ausgarnieren mit Sahne – Kirschen – Schokostreusel – je nach Belieben.

Christina Müller