



**Kochdauer:**

Mittel (30 bis 60 Minuten)

**Schwierigkeit:**

gut machbar

**Zutaten:**

- 6 Bund Wildkräuter
- 1 Stk. Zitronenschale unbehandelt, abgerieben
- 400 g Dinkelmehl
- 1 Pkg. Backpulver
- 350 g Staubzucker
- 500 ml Buttermilch
- 2 Stk. Eier
- Saft einer Zitrone
- 80 g Butter
- essbare Blüten

**Mein persönlicher Tipp**

Rotkleeblüten, Vogelmiere und Zitronenmelisse machen ihre Nachspeise interessant.



**Romana Seunig**

Juristin, Gesundheitswissenschaftlerin,  
Natur- und Landschaftsvermittlerin,  
Kräuterbäuerin

**Kräuter Blitz**



Foto: VrK/Achim Mandler Photography - Nicht zur freien Verwendung

**Zubereitung**

**Für den Teig**

- o Mehl, Backpulver, 250 g Zucker in einer Schüssel mischen. Buttermilch, abgeriebene Zitronenschale, fein gehackte Wildkräuter (Vogelmiere, Zitronenmelisse) und Eier dazugeben und alles mit dem Mixer verrühren.
- o Teig auf ein Backblech streichen und bei 180 °C 15 Minuten backen.

**Für den Guss**

- o 100 g Zucker mit dem Zitronensaft verrühren und erwärmen, bis sich der Zucker gelöst hat – dann die Butter darin zerlassen.
- o Ca. eine Hand voll essbaren Blüten (z.B.: Rotkleeblüten) fein schneiden und in den Guss geben.
- o Den Kuchen herausnehmen, mit der Gabel mehrmals einstechen und die Zitronenbutter gleichmäßig darüberträufeln, dann weitere 20 Minuten backen.

**Quellen:**



Landwirtschaftskammer Kärnten: *Von der Wiese auf den Tisch*