Kräuterblüten-Pudding

Kochdauer:
Gut Ding braucht Weile (länger als 60 Minuten)

Schwierigkeit:
einfach

Zutaten:

300	ml	Milch
80	g	Zucker
3	Stk.	Eidotter
30	g	Stärkemehl
		Kräuterblüten

Mein persönlicher Tipp

Serviertipp Nusskaramell: 80 g Zucker mit 100 ml Wasser im Topf schmelzen. 100 g Nüsse beigeben und unter Rühren so lange karamellisieren, bis alles verbunden ist. 15 g Butter einrühren sofort auf Backpapier verteilen, erkalten lassen und zerkleinern.

Waltraud Hofstadler
Seminarbäuerin im Bezirk Urfahr

Foto: Tobias Schneider-Lenz - Nicht zur freien Verwendung

Zubereitung

- Ca. 2 EL ausgezupfte Blüten (z.B. von Veilchen, Schlüsselblumen, Löwenzahl, Rotklee, Wiesenlabkraut, Holunderblüten, Waldmeister, Mandelsüß oder Fichtenwipfel.) ohne Stengel und Blütenansatz beiseite legen.
- Die restlichen Blüten (ca. eine handvoll) in die Milch geben und kurz aufkochen lassen.
- Diesen Ansatz mindestens 2 Stunden zugedeckt ziehen lassen.
- Die Blütenmilch abseihen und die Blütenrückstände gut ausdrücken.
- Zucker, Dotter, Stärkemehl und ein Drittel (100 ml) der Milch glattrühren.
- Die restliche Milch aufkochen, das Gemisch einrühren und auf kleiner Flamme unter ständigem Rühren puddingartig einkochen.
- Vom Herd ziehen und die beiseite gelegten Blüten unterrühren.
- In kleine Schüsserl füllen und kaltstellen.

Quellen:

Landwirtschaftskammer Oberösterreich: *Kursunterlage Kräuterwichtel*

Eine Initiative des Agrar.Projekt.Verein
Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union
Bundesministerium Nachhaltigkeit und Tourismus
LE 14-20