

Inhaltsverzeichnis:

Inhalt

| | |
|--|----|
| Pastinaken-Backobst Trunk..... | 12 |
| Pastinaken-Suppe mit Pumpermickel-Sesam-Rösti | 13 |
| Pastinaken-Suppe mit Roten Linsen | 14 |
| Pastinakeneintopf | 14 |
| Grüner Pastinaken-Aufstrich..... | 15 |
| Pastinakenaufstrich mit Backobst | 16 |
| Pastinakenbrot | 16 |
| Pastinaken-“Pommes“ mit grünem Ketchup..... | 17 |
| Für den grünen Ketchup | 18 |
| Pastinaken-Kartoffel-Puffer | 18 |
| Pastinaken-Apfel-Salat mit Rotkohl | 19 |
| Pastinaken-Apfel-Creme..... | 20 |
| | |
| Sellerie-Rosenblüten-Trunk mit Zartbitterschokolade..... | 24 |
| Suppe vom Lila Luder mit Pastinakenherzen | 25 |
| Hähnchenbrust mit Lila-Luder-Füllung im Rosenblütenbett gegart dazu Kartoffeln mit Thymian-Nüssen | 26 |
| Apfel in Thymian-Honig auf Zartbitter-Nüsschen..... | 27 |
| Klettenlabkrautlimonade..... | 28 |
| Klettenlabkrautquark..... | 28 |
| Klettenlabkrautomelett..... | 29 |
| Hirsesalat mit Rotkohl und Pastinake | 29 |
| Rotkohl-Pastinaken-Suppe..... | 30 |
| Pastinaken-Rotkohl-Dip..... | 31 |
| | |
| Hof Schaalsee Lachssteak gefüllt mit Sauerampfer dazu „Größings Tüfften“ und Labkrautquark | 36 |
| „Größings Tüfften“ | 37 |
| Labkrautquark | 37 |
| Sauerampferomelette..... | 38 |
| Sauerampfer-Dressing..... | 39 |
| Sauerampferfrischkäse | 39 |
| Brennnesseltrunk..... | 40 |
| Brennnessel-Joghurt-Trunk | 40 |
| Brennnessel-Aufstrich..... | 40 |

| | |
|--|----|
| Grüne Kartoffelsuppe | 44 |
| Frischkäsecreme mit Wildkräutern | 45 |
| Eier mit Frischkäsefüllung | 45 |
| Sauerampferöl auf Wildkräutersalat | 46 |
| Gänseblümchen Tee | 46 |
| Gänseblümchenjoghurt | 47 |
| Gierschtee | 48 |
| Gierschbrot | 48 |
| Gierschbutter | 49 |
| Gierschrührei | 49 |
| Gierschsalat mit Apfel und Walnüssen | 50 |

| | |
|---|----|
| Wildkräuter-Spinat-Sülze | 54 |
| Spinat-Dip | 54 |
| Spinat-Schnecken | 55 |
| für den Teig: | 55 |
| Sesamspinat mit Spinat-Kartoffel-Buletten | 56 |
| Spinat-Pralinen | 56 |
| Spinatsalat mit Rhabarber-Minz-Kompott | 57 |
| Buttermilchsuppe | 60 |
| Buttermilch-Plinsen | 60 |
| Buttermilchspeise | 61 |
| Buttermilchdressing | 61 |

| | |
|---|----|
| Erdbeersuppe mit Zitronenmelisse und Pfannkuchenstreifen | 64 |
| Nudeln mit Erdbeer-Salsa | 64 |
| Erdbeer-Gratin | 65 |
| Sauerampfer-Erdbeer-Salat | 65 |
| Sauerampfer-Erdbeersalat im Dinkelpfannkuchen | 66 |
| Erdbeer-Rosmarin-Creme | 66 |
| Camembert - gerne vom Schaf aus der Region - mit Giersch | 67 |
| Schaalseemärane mit „Grünen Knöpfen“, „weißen Stangen“ und „Roter Soße“ | 67 |
| Spargelteedressing | 68 |
| Grüner Quark mit roten Tupfen | 68 |

| | |
|--|----|
| Möhrenbutter mit Thymian | 74 |
| Möhren-Rettich-Brötchen | 75 |
| Möhren-Pfannkuchen mit Rettich-Quark | 75 |
| Möhren-Grünkern-Puffer | 76 |
| Möhren-Rettich-Chutney | 76 |
| Möhren-Rettich-Ragout in Rosenblüten-Soße | 76 |
| Warmer Kartoffel-Rettichsalat mit Möhrennudeln | 77 |
| Gedünstetes Möhren-Rettichgemüse mit Minzjoghurt | 77 |
| Rettich-Möhren-Carpaccio | 78 |

| | |
|--|----|
| Franzosenkrautpesto | 82 |
| Kalbsroulade mit Franzosenkrautpesto | 83 |
| Kartoffelsalat mit Franzosenkrautpesto | 83 |
| Widkräuter-Blüten-Früchte-Salat | 84 |
| Mozzarella-Fenchel-Salat mit Erdbeeren | 86 |
| Fenchelschnitzel mit Franzosenkraut-Erdbeerdip | 87 |
| Franzosenkraut-Erdbeerdip | 87 |

| | |
|---|----|
| Apfel-Kartoffel-Suppe mit Majoran | 90 |
| Apfelschnitzel mit Apfel-Rauke-Pesto | 90 |
| für das Pesto: | 90 |
| Apfel-Hirse-Salat mit Tomaten | 91 |
| Eiersalat mit Apfel und Gartengrün | 91 |
| Apfelquark mit Zitronenverbene | 92 |
| Pflaumensuppe mit Dinkelmehklößchen | 92 |
| Kartoffel-Bohnen-Salat mit Pflaumen dazu Hähnchenschnitzelchen im Dinkelgrießmantel | 93 |
| Grüner Joghurt mit Nusspflaumen | 93 |
| Pflaumensuppe mit Grießklößchen | 95 |

| | |
|--|-----|
| Kürbissuppe mit süß-sauren Birnenwürfeln | 98 |
| Kürbismelette mit Frischkäse-Birnen-Salsa | 99 |
| Kürbis-Birnen-Salat | 99 |
| Kürbis-Birnen-Salat mit grünem Salat und Kürbismelette | 99 |
| Kürbis-Gulasch mit Birnenschnitzel | 100 |
| Kürbiskern-Birnen-Zartbitter-Brocken | 101 |
| Kürbisquark | 101 |
| Kürbis-Grünkernsalat mit grünem Joghurtdressing | 101 |

| | |
|---|-----|
| Steckrüben-Apfel-Carpaccio..... | 106 |
| Steckrüben-Kraut | 106 |
| Steckrübenbuletten..... | 107 |
| Sahniges Steckrüben-Kartoffel-Ragout | 107 |
| Sahniges Steckrüben-Kartoffel-Ragout mit Möhren | 108 |
| Steckrüben-Linsen-Gemüse | 108 |
| Weißkohleintopf | 110 |
| Glasierte Steckrüben | 112 |

| | |
|---|-----|
| Rote-Bete-Suppe mit Lebkuchengewürz und Walnüssen | 116 |
| Rote-Rüben-Brotaufstrich | 117 |
| Rote-Rüben-Rösti..... | 117 |
| Rote-Rüben-Carpaccio mit Apfel-Walnuss-Dip..... | 117 |
| Chutney aus Rote Bete..... | 118 |
| Rote-Bete-Grünkern | 119 |
| Rote-Rüben-Brötchen mit Käsekern | 119 |
| Rote-Rüben-Weihnachtsquark | 120 |
| Rote-Rüben-Walnuss-Schokolade..... | 121 |

| | |
|--|-----|
| Quark mit Essigkraut | 122 |
| Fenchel-Eis | 122 |
| Ausgebackene Holunderblüten | 123 |
| Möhren im Liebstöckel-Sauerrahm..... | 124 |
| Eberrauten-Erdbeer-Quark | 125 |
| Pimpinelle-Soße..... | 126 |
| Quendel-Kartoffeln | 126 |
| Rosmarin-Kartoffeln | 127 |
| Salbeitee mit Honig..... | 127 |
| Thymian-Apfel-Soße zur Hähnchenbrust | 128 |
| Vogelmiere-Suppe..... | 129 |
| Hähnchenbrust mit Ysop-Käse-Füllung..... | 130 |
| Wie wäre es mit einem kleinen Dessert: | 130 |