

Kräuterzaubersalz

Jetzt im Frühling erwacht die Natur wie von Zauberhand, überall sprießt und grünt es. Die Vögel singen die schönsten Lieder, Bienen, Hummeln und Schmetterlinge summen, brummen und tummeln sich an den ersten Blüten. Die Natur ist voller Leben. Und mit dem Frühling sprießen auch die vielen Kräuter, die so gesund sind und uns nach dem langen Winter wieder stärken und verwöhnen.

Geht nach draußen und lasst euch vom Frühling verzaubern.

Begebt euch auf Kräutersuche! Bärlauch und Veilchen findet ihr jetzt reichlich.

Mit diesen beiden Kräutern könnt ihr ganz einfach selbst Kräutersalz herstellen. Die grünen Blätter vom Bärlauch und die lila Blüten der Veilchen bringen Farbe ins Spiel und Färben Salz grün und lila. Probiert es aus!

Bärlauch

In der Nähe von Gewässern, in schattigen und nährstoffreichen Laubwäldern oder Auenwäldern könnt ihr oft Bärlauch finden. Dieser wächst hier meist massig. Spürnasen können den Bärlauch schon von weitem riechen.

Doch Vorsicht! Es gibt giftige Kräuter, deren Blätter dem Bärlauch ähnlich sehen. Die Blätter vom Bärlauch können leicht mit den Blättern von **Maiglöckchen, Aronstab oder Herbstzeitlose** verwechselt werden.



Bärlauch erkennt ihr daran:

- Der Bärlauch hat breite-ovale, parallelnervige Blätter, mit jeweils **einen ausgeprägten Blattstängel**. Ihr pflückt also einzelne Stängel mit nur einem Blatt, die direkt aus der Erde wachsen. Bei den Maiglöckchen sind es hingegen zwei oder drei Blätter pro Stängel. Die Blattunterseiten vom Bärlauch sind matt, die Oberseite hat einen Glanz, besonders die jungen Blätter. Bei den anderen ähnelnden Pflanzen glänzen die Blätter auch auf der Unterseite. Wenn ihr die Bärlauchblätter umdreht, dann könnt ihr die klare Blattnarbe in der Mitte besonders deutlich sehen, etwa so als ob die Blätter in der Mitte einmal längs gefaltet wurden.
- Die Blätter vom Bärlauch riechen beim Zerreiben nach Knoblauch, die Blätter von Maiglöckchen, Aronstab und Herbstzeitlose nicht. Aber **Vorsicht**, der starke Geruch bleibt an den Fingern haften – und kann den nächsten Test verfälschen.



Veilchen

Die lila blühenden Duft-Veilchen, blühen im März und April, etwas früher als die meisten anderen Arten. Sehr selten gibt es auch weiße Veilchen. Duft-Veilchen haben einen wunderbaren Duft. Nicht jedes Veilchen duftet so intensiv, z.B. das Waldveilchen, es blüht etwas später. Eine Verwechslung ist nicht schlimm, denn ihr könnt sie beide essen.

Veilchen haben rundlich-herzförmige Blätter, diese meist genauso breit wie lang sind. Die Blüten und Blätter sitzen alle auf einzelnen vom Boden ausgehenden Stängeln. Den Frühblüher findet ihr an feuchten und schattigen Plätzen, auf der Wiese, am Gebüsch oder an Waldrändern.

Bärlauch- und Veilchensalz

Holt euch den Zauber des Frühlings in die Küche. Ganz einfach könnt ihr euch selbst ein Kräutersalz herstellen, das zum Duft- und Farberlebnis wird.

Zutaten: Bärlauchblätter, lila Veilchenblüten Salz (unraffiniert)

Material: Schneidebrett, Küchenmesser/Kräutermesser, Mörser, Glasschüssel, verschließbares Schraubglas, Löffel

So wird's gemacht:

- Sammelt die jungen Bärlauchblätter, am besten, bevor er blüht (die Blätter können aber auch noch gegessen werden, wenn er blüht). Dabei nicht die ganze Pflanze ernten, immer ein paar Blätter stehen lassen, damit er gut weiterwachsen kann.
- Bärlauchblätter, wenn nötig kurz unter kaltem fließendem Wasser waschen. Anschließend gut trocknen lassen oder mit einem Geschirrtuch trocken tupfen.
Saubere und trockene Bärlauchblätter mit einem Küchen- oder Kräutermesser kleinschneiden.
- Danach die Kräuter mit etwas Salz vermengen (Verhältnis vom Mengenvolumen ca. 80 % Kräuter und 20% Salz).
Mit einem Mörser das Salz mit den Kräutern verreiben.
Das Kräutersalz wird dadurch feiner und nimmt die grüne Farbe an. Durch das Salz werden die Kräuter konserviert und es eignet sich gut zum Würzen.
- Das Kräutersalz ein paar Tage in einer Glasschüssel trocknen lassen. Da das Salz den Kräutern Feuchtigkeit entzieht, können sich Klümpchen bilden, diese einfach nochmals im Mörser zerkleinern.
- Anschließend das Kräutersalz mit einem Löffel in ein Schraubglas füllen.
- Sammelt an einem trockenen Tag die Blüten von Veilchen, am besten die dunkel lila blühenden.
- Mit den Veilchen stellt ihr nun auf die gleiche Weise, wie mit den Bärlauchblättern ein Kräutersalz her. Hier nimmt das Salz die lila Farbe der Veilchen an.



Tipp: Ihr könnt die unterschiedlichen farbigen Salze abwechseln in ein Glas schichten, dann entsteht ein tolles farbiges Streifenmuster.

Verwendung: Mit eurem Kräutersalz könnt ihr Salate, Gemüse, Rohkost, gekochte Kartoffeln, Nudel- oder Reisgerichte würzen.
Das bunte Kräutersalze eignen sich aber auch super zum Verschenken.