

*Ich bin Irmengard Linder, qualifizierte Wildkräuterpädagogin und Bergwanderleiterin.
Ich lebe in Bergen im schönen Chiemgau und bin 67 Jahre alt.*

Ein großes Anliegen ist mir, das alte wertvolle Wissen über unsere heimischen Wildpflanzen und deren Wirkung und Verwendung für uns Menschen als Nahrung und Heilmittel weiter zu geben.

Dazu biete ich Wildkräuterwanderungen, Kräuterseminare, Kräuterkochkurse sowie Workshops zur Herstellung von Naturkosmetik und natürlicher Hausapotheke an. Ebenso eine Ausbildung über altes, überliefertes Kräuterverwissen in 4 Modulen im Jahresverlauf.

Mein Herzenswunsch wurde 2022 wahr: Die Gründung einer kleinen, feinen Manufaktur mit handgemachten, naturreinen Produkten aus Kräutern, Blüten, Beeren und Früchten.

Meine Produkte stelle ich ohne künstliche Aromen, Farbstoffe und Sulfite her.

Aus einer Handvoll Produkten sind inzwischen über 50 verschiedene Köstlichkeiten geworden:

Sirupe, Balsamessige, Kräuteröle, Liköre, Kräuter- & Blütensalze, Blütenpfeffer, Blütenzucker, Aufstriche, Honigmet.



Rezepte:

Gurken-Apfelsalat mit Gundelrebe und Giersch – für 3 Personen

Zutaten:

- 2 kleine Salatgurken klein gewürfelt
- 1 Apfel klein gewürfelt
- 1 Zwiebel fein geschnitten
- 4g Gundelrebe und 1 Handvoll junger Giersch fein gehackt
- 3 EL Joghurt – oder 2 EL Joghurt und 1 EL Sauer-
rahm
- 2 TL Honig, 1 TL Zitronensaft, Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Joghurt, Honig, Salz, Pfeffer und Zitronensaft verrühren, die Kräuter einrühren, mit Gurke, Apfel und Zwiebel gut vermischen.
Mit Gundelreben-Blüten oder anderen essbaren Blüten dekorieren.

Couscous Salat mit Wildkräutern

Zutaten:

- 1 Zwiebel fein gewürfelt
- 200g Karotten geraspelt
- 100g Fenchel fein geschnitten – wer mag
- 1 großer Apfel geraspelt
- 250g Couscous
- 300ml Brühe, evtl. etwas mehr
- ca. 100g Wildkräuter – Spitzwegerich, Giersch, Knoblauchrauke, wenig Gundermann, Melisse, Minze, Wiesenlabkraut, Brennessel, klein gehackt

Zutaten Dressing:

- 1 Knoblaucheze – oder ½
- 6 EL Zitronensaft
- 2 TL Honig
- 6 EL Olivenöl
- 6 EL Buttermilch, Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Couscous nach Packungsanleitung zubereiten, alle Zutaten untermischen.

Dressing:

Verrühren und mit dem Salat vermengen, nochmal abschmecken, mit essbaren Blüten dekorieren.

Brennesselschmarrn mit Meerrettich-Dip – für 2 Personen

Zutaten:

- 1 Handvoll Brennesselspitzen
- 2 Eigelb, 2 Eiweiß
- 100g Mehl
- 125ml Milch
- 15g Butterschmalz
- Salz, Pfeffer, Muskat, etwas Butter

Zubereitung:

Aus Mehl, Milch und Eigelb einen geschmeidigen Teig herstellen.

Eiweiß steif schlagen, Brennesselblätter grob schneiden, beides im Teig unterheben, würzen.

In die heiße Pfanne mit Butterschmalz den Teig ca. 1 cm hoch einfüllen.

Langsam goldbraun stocken lassen, wenden, kurz anbräunen, in grobe Stücke zerpfücken.

Mit Butterflöckchen durchschwenken.

Für den Dip:

Ein Stück frische Meerrettichwurzel fein reiben.

Mit Joghurt, Zitronensaft, Salz, Pfeffer, Chili abschmecken.

Brennessel-Auflauf – für 3 Personen

Zutaten:

- 750g Karotten
- 150g Brennesselspitzen
- 100g Parmesan oder Bergkäse
- 1, evtl. ½ Zitrone
- 8 Eier
- 4 EL Milch
- 1 TL Curry, Salz, Pfeffer, Öl

Zubereitung:

Karotten schälen, in dünne Scheiben hobeln, in der Pfanne in Öl ca. 5 Min. anbraten.

Brennesselspitzen waschen, grob hacken, kurz mitdünsten, mit Salz und Pfeffer würzen, in eine feuerfeste Form geben.

Eier, Milch, Zitronensaft und Gewürze verrühren, über die Brennessel-Karotten gießen.

Zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 15 Min. stocken lassen. Dazu passt ein Wildkräutersalat.