



Kräuter im Frühling – einfach köstlich

Frühling – die Tage werden länger, die Temperaturen steigen und **unzählige Kräuter wachsen der Sonne entgegen**. Das ist die perfekte Zeit, sich mit einem Weidenkörbchen **auf die Suche nach heimischen Kräutern zu machen** um sie dann frisch gepflückt oder verarbeitet zu genießen. Meist findest du sie schon direkt am Wegesrand oder sie liegen dir in Wiesen, Feld und Wald zu Füßen.



Erst beim bewussten Suchen und Finden entdeckt man die **ungemeine Vielfalt der heimischen Kräuter**. Sich wirklich einmal darauf **einzulassen ist echt faszinierend**. Wichtig ist in erster Linie ein sonniger Tag und das Gras sollte gut trocken sein, denn so entfalten die Kräuter ihre volle Kraft.



An einem schönen Frühlingstag habe ich mich auf den Weg gemacht, um mir die Natur nach Hause in meine Küche zu holen. **Beifuss, Frauenmantel, Gundelrebe, Spitzwegerich, Girsch oder Löwenzahn** sind dabei in meinen Korb gewandert. Aber **auch Vergissmeinnicht, Gänseblümchen oder Birkenblätter und Traubenkirschenblüten** durften in meiner Sammlung nicht fehlen.



Und welche einfache und leckere Köstlichkeiten du daraus zaubern kannst, verrate ich dir hier:

Wildkräuterpesto

1 handvoll frische Wildkräuter, 1/8 lt. Öl, 1 Prise Meersalz, 1 EL Kerne (Sonnenblume, Kürbis, versch. Nüsse, etc.)

Du gibst die Kräuter samt Öl, Meersalz und Kerne in ein kleines Gefäß und pürierst sie mit dem Stabmixer. Genieße dieses herrliche Pesto einfach zu einer deftigen Jause, oder ganz einfach mit verschiedenen Gebäckstangerln.



Frühlingsblumenbrötchen

Besorge dir für deine Frühlingsblumenbrötchen ein Baguette oder ähnliches. Am besten ist natürlich das Selbstgebackene! Die Brötchen bestreichst du mit Butter und legst nach Lust und Laune essbare Frühlingsblumen (Himmelschlüssel, Vergissmeinnicht, Gänseblümchen, Löwenzahn,) darauf.

Sieht toll aus und schmeckt herrlich!

**Gutes Gelingen und sonnige Frühlingstage
wünscht das Naturschutz Team TK Linz**