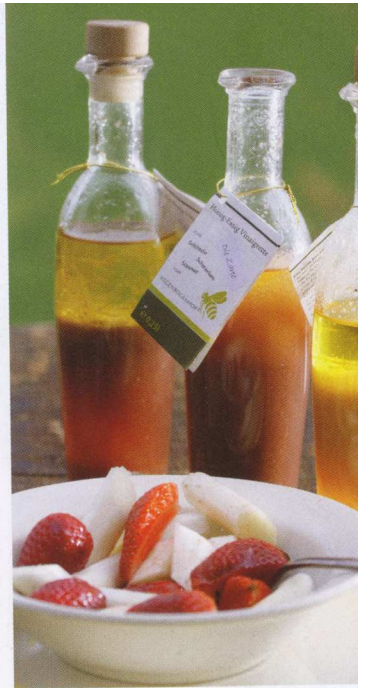




AUSPROBIERT: VON ZART BIS FRUCHTIG

Die Imkerei Regenbogenhof bereitet aus dem Honig ihrer Bienen Honig-Essig und Honig-Senf. Inzwischen verarbeiten sie diese beiden Produkte mit Öl zu einer Honig-Essig-Vinaigrette weiter. Je nach Sorte kommen einige Himbeeren oder Waldfrüchte, Orangen oder Kräuter als zusätzliche Geschmacksgeber hinzu. So entsteht eine Honig-Essig-Vinaigrette in fünf unterschiedlichen Geschmacksrichtungen, von zart über erfrischend bis fruchtig. Zum Spargel-Erdbeersalat und zu Blattsalaten passt die zarte. Zu her Blattsalaten, Bohnen- und bunten Gemüsesalaten passen die anderen. **250 ml 10 €, plus Versand. Zu beziehen bei: Manufactur für Edles aus Honig, R. H. Pe Forellenweg 13, 33758 Schloß Holte, Tel.: 052 07/77 09 15, www.regenbogenh**



WÜRZIGER SIRUP



Ab Mai wirft die Fichte die braunen Knospenhüllen ab. Das ist der richtige Zeitpunkt, um die jungen hellgrünen Triebe zu sammeln und in der Küche zu Sirup zu verarbeiten. Für den Sirup nimmt Seminarleiterin Theda Lang zwei doppelte Hände voll Fichtenspitzen, einen Liter Wasser und ein Kilogramm Zucker. Sie wässert die Spitzen über Nacht. Am anderen Tag kocht sie die Spitzen mit der Flüssigkeit, bis die Spitzen ihre Farbe verloren haben. Nachdem alles über Nacht ausgekühlt ist, wird es durch ein Tuch gefiltert und das Tuch mit den Händen gut ausgepresst. Jetzt den Zucker unterrühren und alles zu einem dicken Sirup einköcheln. Der gold-braune Sirup schmeckt leicht nach Wald- oder Kastanienhonig. Er ist nicht nur ein feiner Aufstrich für das Butterbrot, sein herb-süßer Geschmack passt auch zu herzhaftem Käse oder würzt die Salatsoße. Weniger dick eingekocht, süßt er Tee, Joghurt oder Quark. Übrigens: Der Fichtenspitzensirup schmeckt nicht nur lecker, sondern hilft auch bei Erkältungskrankheiten und Heiserkeit. **Wer den Fichtensprossensirup nicht selbst, sondern lieber unter Anleitung von Theda Lang herstellen möchte, kann sich an die Berliner Landpartie wenden. Tel.: 0 30/44 03 32 89-0, www.berlinerlandpartie.de**

LESERTIPP



Zur leckeren Nusstorte aus der Landlust-Ausgabe März/April 2010 und zu Rührkuchen empfiehlt Landlust-Leserin Barbara Pape eine halb feste Russische Creme. Hierzu für 4 Personen 2 frische Eigelb mit 2 Esslöffeln Zucker und etwas Vanilleschoten-Mark schaumig aufschlagen. Nach und nach 2 Esslöffel aromatischen Rum hinzugeben. Zum Schluss 250 ml steif geschlagene Sahne mit dem Schneebesen vorsichtig unterheben.