



Blütenküche

Erica Bänziger

Ruth Bossardt

185 x 240 mm, 154 Seiten

90 Farbbilder, davon 30 ganzseitige Foodbilder von Andreas Thumm

Hardcover, matt laminiertes Deckenüberzug

978-3-03780-418-6

Preis: CHF 34.00

Aromenvielfalt und Augenweide

Blüten auf dem Teller haben sich zu einem Trendthema entwickelt. Essbare Blüten von Garten- und Wildblumen sind nicht nur fürs Auge eine Bereicherung, sondern auch für den Gaumen. Im umfassenden Ratgeber und Kochbuch werden 50 Blüten porträtiert und 60 blütenleichte Rezepte fotografisch stimmig serviert.

Blumen essen? Nie! So reagieren manche, wenn sie vom neusten Trend hören. Aber kaum wird es konkreter, macht die anfängliche Abwehr einem Erstaunen Platz: Da gibt es schon so vieles, was wir längst genüsslich verzehren. Gefüllte goldgelbe Zucchiniblüten, blauer Borretsch, eine feurige Kapuzinerblüte oder duftender Holunderblütensirup gehören längst zum kulinarisch Gewohnten. Es gibt aber noch viel mehr zu entdecken!

Das Aromatisieren und Dekorieren von Speisen mit Blumen und Blüten war schon in der Antike äusserst beliebt. Bis vor Kurzem gab es nur einige wenige Sterneköche, die diese Tradition wiederbelebten und mit Blüten kochend eine eigene kulinarische Handschrift entwickelten. Nun erobert die sinnliche Blütenküche auch die Alltagsküche und zaubert einen Hauch Paradies auf den Teller und ins Glas. Blüten schmecken oft ausgezeichnet, mal scharf und kresseartig, mal pfefferig oder nach Pilzen. Sie bringen Abwechslung und Vielfalt auf den Teller und sind in jedem Fall eine köstliche Bereicherung.

Dieses Kochbuch mit grossem Gartenteil speziell für kleine Gärten haben zwei Fachfrauen verfasst, die schon seit vielen Jahren Erfahrungen mit der Welt der Blumen und Blüten sammeln. Es ist der perfekte Einstieg in eine faszinierende Welt und beantwortet alle offenen Fragen. Nebst Rezepten vom Aperitif bis zum Dessert gibt es auch Basics wie Blütenessig, Blütensirup und -butter, welche intensive Aromen das ganze Jahr garantieren. Im ausführlichen Lexikonteil werden 50 Wild- und Gartenblumen in Wort und Bild bezüglich Anbau, Saison, allgemeiner Verwendung sowie spezieller kulinarischer Eigenschaften porträtiert. Praktische Tipps ergänzen die Porträts.

Aus dem Inhalt

Lexikon 50 Porträts von Garten- und Wildblüten wie Borretsch, Begonie, Chrysantheme, Cosmea, Dahlie, Kornblume, Lavendel, Löwenmäulchen, Malve, Mohn, Nachtkerze, Tulpe, Veilchen, Yucca, Zitronenblüte
Giftpflanzen | Bezugsquellen

Kochen 60 Rezeptkreationen für Vorspeisen, Häppchen, Hauptgerichte, Desserts und Kuchen bis zu Basics wie aromatisierten Essigen, Ölen, Weinen oder Sirup

Erica Bänziger ist diplomierte Ernährungsberaterin. Sie bildete sich später zur Gesundheitsberaterin aus. Heute arbeitet sie als selbständige Unternehmerin, Referentin und Ausbilderin. Die Köchin aus Leidenschaft ist eine Pionierin des gesunden Genusses. Von ihr erschienen bei Fona zahlreiche erfolgreiche Kochbücher.

Ruth Bossardt Die Fachfrau für Pflanzen und Gärten arbeitet seit 30 Jahren als Journalistin, Projektleiterin, Gartenbaulehrerin und Kursreferentin im Bereich biologischer Gartenbau. Sie lebt in einem alten Haus mit einem Garten, den sie immer mehr nach ihren Vorstellungen gestaltet.