



Die StaudenGilde
Qualität aus Erfahrung

Zu guter Letzt

Vor der Verwendung in der Küche:



Verwenden Sie nur Stauden, bei denen sie Verwechslungen mit giftigen Pflanzen ausschließen können!



Lassen Sie bei frisch gekauften Pflanzen mindestens 3 Monate vergehen, bis Sie zum ersten Mal ernten oder fragen Sie, wenn möglich, bei Ihrem Händler nach, ob die Pflanzen mit Pflanzenschutzmitteln behandelt wurden!



Die StaudenGilde
Qualität aus Erfahrung



Die StaudenGilde
Qualität aus Erfahrung



Rezepte mit Stauden und viele kreative Ideen gibt es unter: [DieStaudengilde.de](https://www.DieStaudengilde.de) oder nach dem Scannen des QR-Codes auf der Vorderseite.



Wir essen unseren Garten



13



14

Eine Vorsuppe mit 12 Kräutern, Fischfilet vom Wels mit schwarzem Reis und roten Indianernesseln oder Hähnchen in Weißweinsoße mit Rosmarin, Salbei und Thymian, einen Hauch Estragon und Zitrone – zum Abschluss ein Vanillesorbet mit kandierten Lavendel- und Veilchenblüten, präsentiert auf essbaren Blüten und Blättern. Ein perfektes Dinner!

Kräuterhexen und Spitzenköche haben schon immer um die die Qualitäten von essbaren Blüten, Blättern und Knospen unserer Blütenstauden gewusst. Mit unserem Flyer wollen wir Ihnen Einblicke und Anregungen zur Verwendung winterharter Gartenstauden in der Küche geben. Die Signets an den Pflanzennamen zeigen die Möglichkeiten ihrer Verwendung in der Küche und die Buchstaben bezeichnen die verwendbaren Teile. Natürlich sind Ihrer Fantasie und Kochkunst keine Grenzen gesetzt, um weitere Möglichkeiten auszuprobieren. Viel Freude bei Ihrer Entdeckungsreise zu neuen kulinarischen Genüssen!

Natürlich sind alle angegebenen Pflanzenteile auch zur Dekoration von Speisen und Tisch geeignet!

| | | |
|----|---|--------------|
| 1 | Agastache rugosa, foeniculum (Duftnessel) | A |
| 2 | Allium cepa, caeruleum, schoenoprasum, shaerocephalon, senescens, ursinum (Lauch) | A B |
| 4 | Campanula in Sorten (Glockenblume) | A B |
| 6 | Cardamine pratensis (Wiesen-Schaumkraut) | A B C |
| 13 | Hemerocallis (Taglilie) | A D |
| | Filipendula ulmaria (Mädesüß) | A |
| 9 | Lamium galeobdolon, maculatum, orvala (Taubnessel) | A |
| | Leucanthemum vulgare (Margerite) | A B E |
| | Viola cornuta, odorata (Duftveilchen) | A |
| | Hosta (Funkie) | A B |
| | Phlox paniculata (Flammenblume) | A |
| 5 | Calamintha (Bergminze) | A B |
| | Foeniculum vulgare (Fenchel) | B F |
| 14 | Monarda (Indianernessel) | A |
| | Anchusa officinalis, azurea (Ochsenzunge) | A |
| 8 | Lavandula officinalis (Lavendel) | A |

Verwendung für:

- Soßen Suppen Salate Süßspeisen
- zum Kandieren als Tee

| | | |
|----|---|--------------|
| | Helichrysum italicum (Currykraut) | B |
| 7 | Dianthus gratianapoletanus (Pfingstnelke) | A |
| | Yucca filamentosa (Palm-Lilie) | A |
| | Fragaria vesca (Walderdbeere) | A G |
| | Alcea rosea (Stockrose) | A C |
| 3 | Asphodeline lutea (Junkertilie) | A I H |
| | Hesperis matronalis (Nachtviole) | A |
| | Malva moschata (Moschusmalve) | A B |
| 10 | Primula veris (Echte Schlüsselblume) | A |
| 12 | Thymus citriodorus (Zitronenthymian) | A B |
| | Satureja montana (Bergbohnenkraut) | B |
| | Sanguisorba minor (Pimpinelle) | B |
| 11 | Salvia officinalis (Salbei) | B |
| | Origanum vulgare (Dost) | B |
| | Artemisia dracunculus (Estragon) | B |

verwendet werden:

- A** Blüten **B** Blätter **C** Samen **D** Knospen **E** junge Triebe
- F** Samen im Tee **G** Früchte **H** Wurzeln **I** Triebe

