

Diverse recepten met wilde kruiden / planten

Gebakken weegbree bladeren

- Ingrediënten: Jonge verse weegbree bladeren, bloem, 2 eieren, 2 eetlepels melk, poeder suiker, snuifje zout, snuifje bakpoeder, kaneelsuiker.
- Maken: Jonge verse weegbree bladeren wassen, laten afdruppelen en in bloem verwickelen. Eieren, poedersuiker, melk, zout en bakpoeder samenmengen tot een dun deeg. Bladeren in deeg dopen en bakken (zoals frieten). Gebakken bladeren met kaneelsuiker bestrooien.

Brandnetel omelet (Een Bosnische recept tegen voorjaarsmoeheid.)

- Twee handvolle jonge verse brandnetel bladeren, 4 eieren, 80g boter.
- Brandnetel bladeren wassen, met heet water begieten en laten afdruppelen. In een pan boter laten smelten, brandnetel bladeren erop leggen en als begint het bubbelen eieren toevoegen. Met deksel bedekken en laten stoven totdat eiwit hard is. Eigeel moet zacht blijven.

Kruidenthee, lekkere kruidencombinaties in mei:

- Brandnetel met braamblad
- Braamblad met appelschilletjes (gedroogd)
- Braamblad met citroenmelisse en eventueel een vleugje citroenkruid
- Munt met duizendblad en eventueel kamille



Duizendblad

- De jonge bladeren worden als spinazie klaargemaakt of in soep meegekookt. Ook kunnen ze aan een salade worden toegevoegd. De bladeren zijn zoet met een iets bittere smaak. De stengeltop, voor de bloei, kan ook in soepen mee trekken. De bloem gebruiken als smaakmaker. Verzamelen: blad/stengeltop april-juni; bloem mei-sept.
- *Let op!! Deze plant lijkt op een schermbloemige, maar de bloemetjes staan toch ieder apart. Uit de familie van schermbloemige zijn er planten die op duizendblad lijken, maar zeer giftig zijn. Wees er zeker van dat het duizendblad betreft.*

Salade met duizendblad en weegbree.

- Gelijke delen duizendblad, weegbree en waterkers of pluksla, (van alle kruiden jonge scheuten gebruiken), 1 knoflookteentje, 1/2 komkommer, verse of gedroogde bieslook en peterselie (fijngehakt), 1 halfgaar gekookte koude aardappel, saladedressing (citroen met room, citroen met olie of citroen met room en wat appelsap).
- Maak de kruiden schoon. Snijd het duizendblad fijn. Snijd de komkommer en aardappel in dunne plakjes. Drapeer de waterkers in een kom. Doe de kruiden, komkommer, aardappel en ten slotte de dressing erbij en meng alles goed door elkaar.