Verbraucherzentrale Südtirol
Centro Tutela Consumatori Utenti
Die Stimme der VerbraucherInnen
La voce dei consumatori

VZS-name

VZS-str
VZS-plz
VZS-tel
info@verbraucherzentrale.it

Sind Blüten essbar?

Mon, 07/23/2018 - 13:37

Blüten von Pflanzen schmecken blumig, süß, würzig oder scharf und können – in Salaten und Desserts – ein besonderes Geschmackserlebnis bereiten. Essbar sind unter anderem die Blüten von Begonie, Borretsch, Chrysantheme, Dahlie, Gänseblümchen und Herbstaster.

Auch Holunder-, Lavendel- und Schlüsselblumenblüten sowie die Blüten von Ringelblume, Kapuzinerkresse, Schnittlauch und Löwenzahn werden gerne genutzt. Einige Blüten wie Veilchen oder Rosen eignen sich gut zum Trocknen oder Kandieren.

Für die Herstellung von Blütenbutter vermischt man zimmerwarme, weiche Butter mit mehreren Esslöffeln voll fein gehackter Blüten. Die Blütenbutter wird einige Stunden bei Zimmertemperatur stehen gelassen, damit die Blüten ihr Aroma besser entfalten können, und danach im Kühlschrank aufbewahrt. Für dekorative Eiswürfel legt man Blüten in einen Eiswürfelbehälter, füllt diesen mit stillem Mineralwasser oder Leitungswasser an – gefrorenes Mineralwasser ist weniger trüb als gefrorenes Leitungswasser – und lässt das Wasser gefrieren.

Es sollten immer nur die Blüten von unbehandelten (nicht gespritzten) Pflanzen verwendet werden, idealerweise möglichst frisch. Am Morgen, kurz nach dem Öffnen, sind die Blüten am aromatischsten. Doch Vorsicht: bestimmte Blüten, wie jene von Akelei, Christrose, Maiglöckchen oder Fingerhut, sind giftig und dürfen nicht verzehrt werden. Man sollte Blüten daher nur dann essen, wenn man sicher weiß, dass sie genießbar sind.