

Frittierte Beinwellblätter gefüllt mit frischem Ziegenkäse

Vorspeise für 4 Personen



Beinwell, Wallwurz (*symphytum officinale*)

Diese Pflanze aus der Familie der Borretschgewächse kann eine Höhe von einem Meter erreichen. Sie wächst auf Nass- und Moorwiesen, an Ufern und in Auenwäldern. Die langen Blätter sind mit netzartigen Blattadern und mit kurzen, glatten Härchen versehen, welche die Pflanze rau anfühlen lassen. Die Blütenfarbe variiert von blassgelb bis rosa und violett. Die Blüten sind traubenähnlich angeordnet. Der Beinwell vermehrt sich im Garten sehr rasch. Seine Blätter geben der Komposterde eine sehr gute Qualität.

Die Wurzel hat eine heilende Wirkung: Die bekannte Wallwurzsalbe wird aus Beinwell hergestellt. Sie hilft gegen Prellungen und Verstauchungen. Zudem kann man aus der Pflanze auch Tee machen.

In der Küche:

Die grossen Blätter eignen sich gut zum Frittieren.

Aber Achtung, die Blätter enthalten einen Alkohol, welcher bei grossen Mengen oder zu häufigem Verzehr schädlich wirkt.

Crêpeteig

50 g Mehl
1 Ei
1 dl Bier
1 Prise Salz
20 g flüssige Butter

Den Teig zubereiten und am Schluss die flüssige Butter beifügen. Mind. 30 Min. ruhen lassen.

1 kleiner, frischer Ziegenkäse oder 100 g Doppelrahmkäse

Die Liebstockelblätter fein hacken, mit dem Ziegenkäse mischen abschmecken.

10 kleine Blätter Liebstockel (*Maggikraut*)

Beinwellblätter nur waschen, wenn es nötig ist.

Salz und Pfeffer

16 junge Beinwellblätter

Auf der einen Seite Beinwellblattes befinden sich kleine Härchen. Diese Seite mit der Ziegenkäsemasse bestreichen. Die Käsemasse mit einem anderen Blatt bedecken, das nun so fest klebt wie ein Klettverschluss.

Die Butter in einer Bratpfanne erhitzen. Die Beinwellblätter in die Crêpemasse tunken und beidseitig anbraten.

Mit einer Tomaten- oder Peperonisauce servieren.
Sehr heiss servieren. Dieses Gericht darf nicht noch warm gestellt werden.

Rezept entwickelt von: Baumann J., Ruffieux D., Couplan F. Fasel J-B. /
Saveurs sauvages de la Gruyère / Editions de l'Aire / 1994