

Spielerische Springboards: HOLUNDER

Kochen mit Holunder

Kochen mit Holunderblüten und Beeren kann sehr viel Spaß machen. Holunder hat gesundheitsfördernde Eigenschaften und wird seit Jahrhunderten in der Medizin genutzt. Suchen Sie online nach weiteren Rezepten, zum Beispiel unter www.woodlandtrust.org.uk

Holunderblütenhonig

Zutaten:

2,5 kg weißer Zucker, 2 Zitronen,
20 Holunderblütenköpfe, 85 g Zitronensäure aus der Apotheke

Anleitung:

Geben Sie den Zucker und 1,5 Liter Wasser in einen großen Kochtopf. Kochen Sie den Zucker bis er sich aufgelöst hat. Zitrone schälen und die Zitronen in Scheiben schneiden. Wenn sich der Zucker aufgelöst hat, bringen Sie den Sirup zum Kochen. Füllen Sie eine Schüssel mit kaltem Wasser und waschen Sie die Blumen darin. Heben Sie die Blumen heraus, schütteln Sie sie leicht und geben Sie sie in den Sirup zusammen mit der Zitronenschale und der Zitronensäure. Die Pfanne abdecken und 24 Stunden ziehen lassen. Ein Sieb mit einem sauberen Geschirrtuch auslegen und über einer großen Schüssel oder Pfanne legen. Geben Sie den Sirup hinein und lassen Sie ihn langsam durchtropfen. Verwenden Sie einen Trichter und eine Schöpfkelle, um sterilisierte Flaschen zu füllen. Der Honig ist sofort genießbar und kann bis zu 6 Wochen im Kühlschrank aufbewahrt werden.

Rezept von BBC Good Food online

Holunderblüten-Krapfen

Zutaten:

2 große Eier, 100g glattes Mehl,
300 ml Milch, frische Holunderblütenköpfe
gereinigt, Staubzucker, Butter, Zitrone

Anleitung:

Machen Sie einen gewöhnlichen Pfannkuchenteig, indem Sie Milch, Eier und Mehl miteinander verquirlen. Butter in einer Pfanne erhitzen. Tauchen Sie einen Blütenkopf in den Teig und frittieren Sie die Blumen mit dem Kopf nach unten in der Pfanne. Servieren Sie die Blume mit Staubzucker bestäubt und ein bis zwei Zitronentropfen.



Holunder-Konfitüre

Zutaten:

500g Holunderbeeren, 400g Gelierzucker, 1 EL Zitronensaft

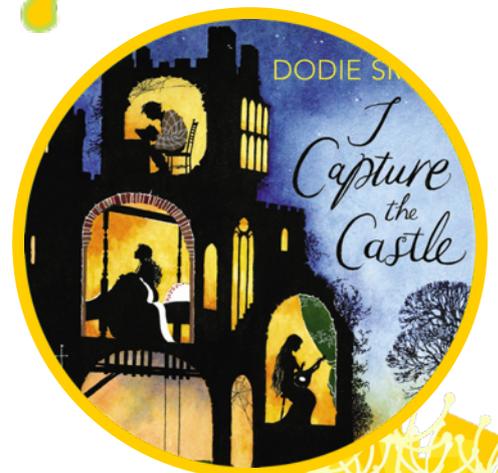
Anleitung:

Beginnen Sie damit, einen Teller in den Gefrierschrank zu stellen. So können Sie testen, ob die Marmelade später fertig ist. Die Beeren mit einer Gabel von den Stielen entfernen und gründlich waschen, um alle Teile von Blatt und Stiel zu entfernen. Geben Sie die Holunderbeeren in eine Pfanne und zerdrücken Sie sie vorsichtig mit einem Kartoffelstampfer, um den Saft herauszupressen. Zucker und Zitronensaft in die Pfanne geben und auf kleiner Flamme köcheln lassen. Rühren Sie weiter um, damit die Marmelade nicht am Pfannenboden kleben bleibt. Etwa 20 Minuten kochen lassen. Um zu prüfen, ob die Marmelade die richtige Konsistenz hat, nehmen Sie den Teller aus dem Gefrierfach und legen Sie einen kleinen Klumpen der Marmelade auf den Teller. Den Teller einige Minuten in den Kühlschrank stellen, wenn die Marmelade eine Haut bildet, ist sie fertig. Geben Sie die Marmelade in sterilisierte Gläser und verschließen Sie diese nach vollständigem Abkühlen. Geben Sie auch ein Etikett mit dem Herstellungsdatum drauf. Die Marmelade kann an einem kühlen, dunklen Ort für 1 Jahr aufbewahrt werden. Beim Öffnen muss die Marmelade im Kühlschrank aufbewahrt werden.



'Ich erobere das Schloss'. Mittsommerzeremonie und Kuchen

Gegen Ende des Buches von Dodie Smith feiert Cassandra den Mittsommer und macht eine Blumengirlande. Sie zündet ein Lagerfeuer an und isst einen zeremoniellen Kuchen. Versuchen Sie ein Kuchenrezept zu finden, das Holunderblüten-Sirup als Geschmackszutat und Holunderblüten-Marmelade verwendet.



Verwendung von Holunder

Holunder ist auch ein sehr vielseitiger Werkstoff und wird für die Herstellung einfacher Bastelgegenstände wie Marionetten, Pfeifen und Feuerpfeifen verwendet. Das Holz lässt sich leicht schneiden und das Mark kann herausgezogen werden, um ein hohles Rohr herzustellen, das vielfältig genutzt werden kann. Siehe unten für eine Idee.

Ältere Mythen und Erzählungen

"Ältere Menschen sind tief mit den Reichen des Feenreichs verbunden. Das Sitzen oder Schlafen unter Holunder ermöglicht im Hochsommer die Feen sehen zu können, die zu ihrem Mittsommerfest gehen. Holunder wird mit Geistwesen oder Königinnen in Verbindung gebracht. Holunder wird oft auf Friedhöfen gepflanzt. Früher wurden sogar Holunderkreuze auf neuen Gräber aufgestellt, um den Geistern beim Übergang zu helfen".

In JK Rowlings Harry-Potter-Serie ist der stärkste Zauberstab in der Zauberwelt aus Holunder gemacht und als einer der drei "Heiligtümer des Todes" soll dieser vom Tod selbst geschaffen worden sein. Recherchieren Sie ältere Mythen und Erzählungen und verwenden Sie diese für spontanes Geschichtenerzählen und Basteln.

Holunder Perlen

Benutzen Sie eine Gartenschere, um lange gerade Holunderstücke zu schneiden. Schälen oder schnitzen Sie die Rinde ab, um ein natürlicheres Aussehen zu erzielen. Dann schneiden Sie die Stäbchen in kleinere Stücke (perlengroß). Die weiche Markröhre wird mit einem Hering ausgestochen. Nach dem Frühling wird die Rinde dicker und Muster können besser geschnitzt werden. Fädeln Sie die Stücke auf Schnüre auf, um Halsketten, Armbänder oder dekorative Wandbehänge zu kreieren.

