

Gedörrte Tomaten

Zubereitung:

Reife, aber nicht überreife Tomaten waschen, Stielansatz entfernen, quer durchschneiden, mit der Schnittfläche nach oben dicht an dicht auf ein Gitter legen. Tomaten dürfen an der prallen Sonne getrocknet werden. Der Trocknungsvorgang dauert einige Tage. Man muß aber daran denken, die Tomaten über Nacht ins Haus zu nehmen. Natürlich kann man den Wieso soll man hier Strom verschleudern?).

Die Tomaten müssen noch etwas elastisch sein. So sind sie, in einem Stoffsack aufbewahrt, mindestens 1 Jahr haltbar. Nach und nach werden sie portionenweise über Nacht in eine Salzlösung gelegt (2 TL Salz auf 1 l Wasser). Man trocknet sie auf einem Küchentuch, schichtet sie in mit heißem Essig-Salzwasser (2 EL Essig, 2 EL Salz auf 1 l kochendem Wasser) ausgespülte und anschließend im Backofen gut getrocknete Schraubdeckelgläser. Pro Glas gibt man 1 kleinen Estragonzweig und 1 geschälte Knoblauchzehe bei, füllt mit Olivenöl auf (zwischen Oberfläche und Deckel 1 cm Luft lassen!) und verschließt gut. Haltbarkeit 4 Monate. Dunkel, kühl und trocken aufbewahren

Senf - Rezepte

Merkblatt zur Sendung TAFkräuter vom 28. Februar 2000

Samenkur mit Weisssem Senf

Samenkörner des Weissen Senfs sind in Apotheken und Drogerien erhältlich. Anhand dieser Samen kann man eine Kur zur Stärkung des Magen und des Darms, zur Appetit- und Verdauungsförderung (Verstopfung), gegen Völlegefühl und Blähungen und gegen Wurmerkrankungen durchführen.

Gebrauchsanweisung: 3 mal täglich werden ca. 10-15 Samenkörner des Weissen Senfs mit wenig Wasser nach dem Essen während 10 bis 14 Tagen eingenommen. Schwangere Frauen dürfen allerdings diese Kur nicht durchführen, da sie reizend wirken könnte. Auch darf man die Dosierung nicht übertreiben, ansonsten die Nieren und die Magenschleimhäute entzündlich reagieren könnten.

Senfmehl Auflage

Das Senfmehl des Schwarzen Senfs ist als Pulver in Apotheken und Drogerien erhältlich. Hiermit kann man als Ableitungsmittel auf die Haut und lokales Durchblutungsfördermittel eine Senfmehl-Auflage durchführen, welche insbesondere zur Linderung bei Gelenks- und Nervenentzündungen, Ischias, Hexenschuss, Rheuma, Arthritis, Bronchitis und Angina empfohlen wird.

Gebrauchsanweisung: Eine Hand voll Senfmehl wird mit warmem Wasser (nicht über 60°) zu einem Brei verrührt und anschliessend auf einen Leinenlappen gestrichen. Dann wird die Kompresse auf den betroffenen Stellen, z.B. auf den Gelenken bei Rheuma, auf der Brust bei Bronchitis, am Hals bei Angina, im Rücken bei Hexenschuss oder Ischias aufgelegt und mit einem Frottiertuch überdeckt. Anschliessend lässt man die Auflage 10 bis 15 Minuten (Kinder nur 2 bis 3 Minuten) einwirken. Innerhalb dieser Zeit rötet sich der entsprechende Hautbezirk, was ein Zeichen der -Ableitung auf die Haut und der mobilisierten Durchblutung ist. Letztlich wird die Auflage wieder entfernt. Die behandelte Stelle wird mit Wasser gereinigt und mit Johannisöl eingerieben.

Es kann vereinzelt vorkommen, dass empfindliche Personen auf diese Anwendung mit Brennen reagieren. In diesem Fall kann die Senfpackung infolge der Allergie nicht angewendet werden. Wer sie aber gut verträgt, dann die Anwendung täglich bis zur Besserung der Beschwerden wiederholen.

Senfmehl-Fussbad

Das Fussbad mit dem Samenmehl des Schwarzen Senfs empfiehlt sich bei chronisch kalten Füßen, sowie bei Blutdrang zum Kopf und Ohrensausen.

Gebrauchsanweisung: 2 Esslöffel voll Senfmehl werden in einem Kübel mit 40° warmem Wasser aufgerührt. Dann werden die Füße während 10 bis 15 Minuten darin gebadet und anschliessend mit kaltem Wasser abgeduscht. Auch diese Anwendung kann, wenn keine Allergien auftreten, täglich als Kur wiederholt werden.

Senfkörner als Gewürz

Die Samenkörner des Weissen Senfs sind ein appetitanregendes und verdauungsförderndes Mittel, welches wir als Gewürz zu schwerverdaulichen Speisen wie Käse, Eier, Kohl, Sauerkraut usw. verwenden können. Da die Samen im getrockneten Zustand sehr hart sind, sollten sie vor Gebrauch in Essig eingelegt und dosiert den Speisen zugeführt werden.

Aprikosen-Weggen - Aprikosen-Schnitten -

Sendung vom 26.06.2000 auf SF 1

Aprikosen-Weggen

250g Vollreife Aprikosen pürieren
30g Hefe
30g Zucker
10g Salz
1 Ei
160g Halbweissmehl
190g Grahammehl

Hefe und Zucker in der Aprikosenmasse auflösen und mit den beiden Mehlen kneten. Das Salz mit dem Ei verrühren, beigeben, und den Teig fertig bearbeiten. Die Gärdauer am Stock beträgt ca. 30 Minuten. Danach den Teig in zwei gleichgrosse Stücke teilen, leicht rund, dann kruz oval wirken. Direkt auf Backblech absetzen und bei eher knapper Gare die Aprikosenweggen an der Kühle abstehen lassen. Vor dem Backen zweimal mit Ei bestreichen, in der Längsrichtung drei parallele Einschnitte anbringen und ohne Dampf backen.

Aprikosen-Schnitten

200g Blätterteig, beim Bäcker zu beziehen
5g Gelatine
200g Vanillecrème
200g Vollreife Aprikosen
200g geschlagener Rahm
80g Butter

Blätterteig auf 2mm ausrollen, danach eine Stunde ruhen lassen. Bei 200 Grad goldgelb ausbacken. Die drei caramelisierten Blätterteigböden (9cm x 50cm) werden mit der Aprikosencrème zusammengesetzt, wobei der unterste mit Aprikosenmarmelade bestrichen wird. Die Oberfläche apricotieren, mit Zuckerglasur überziehen und mit Aprikosenmarmelade sofort marmorieren. Nach dem Anziehen in je 15 Stücke schneiden.