

Lavendelblüten-creme

EINFACH

Vor- und zubereiten: ca. 20 Min.

Ziehen lassen: ca. 30 Min.

Kühl stellen: ca. 30 Min.

1 dl Rahm

6 Esslöffel frische Lavendelblüten (siehe Tipp)

1. Rahm mit den Blüten aufkochen, Pfanne von der Platte nehmen, zugedeckt ca. 30 Min. ziehen lassen.

2. Rahm absieben, zugedeckt ca. 30 Min. im Tiefkühler kühl stellen.

200 g Mascarpone

40 g Puderzucker

1 Prise Salz

1 dl Rahm

1. Mascarpone mit 2 Esslöffeln Lavendelrahm, Puderzucker und Salz in einer Schüssel glatt rühren. 2. Rahm mit dem restlichen Lavendelrahm steif schlagen, portionenweise mit einem Gummischaber sorgfältig unter die Masse ziehen, Creme zugedeckt kühl stellen.

Verzierung

2 Esslöffel frische Lavendelblüten

2 Esslöffel Pistazien, grob gehackt

Creme z. B. in kleinen Tassen anrichten, mit den Lavendelblüten und Pistazien verzieren.

Tipp: statt 6 Esslöffel frische Lavendelblüten 1 Teelöffel getrocknete Blüten verwenden. Sie sind in Drogerien und Reformhäusern erhältlich.

Pro Person: 42 g Fett, 6 g Eiweiss, 13 g Kohlenhydrate, 1863 kJ (445 kcal)



Lavendel wird vorwiegend im westlichen Mittelmeergebiet angebaut und blüht von Juni bis August. Er harmoniert gut mit Knoblauch, Lammfleisch und kräftigen Schmorgerichten. Die Blüten würzen besonders intensiv und kommen vor allem in Salaten, Fischgerichten und Desserts zur Geltung. Lavendel sollte nur in kleinen Mengen verwendet werden, sonst kann das Gericht bitter schmecken. Vom Lavendel sind über 20 Sorten bekannt. Hier unsere Auswahl:

Gezahnter Lavendel (1)

(*Lavendula dentata*) hat fein gezahnte grüne Blätter und grün-hellblaue Blüten. Sein Aroma ist nur sehr mild.

Weissblühender Lavendel (2)

(«*Lavendula angustifolia alba*») unterscheidet sich im Aroma und in der Verwendung nicht wesentlich von anderen Sorten; seine weissen Blüten sind jedoch eine hübsche Dekoration.

Winterharter Lavendel (3)

(Kreuzung aus «*Lavendula lanata*» und «*Lavendula angustifolia*») ist eine neue, winterfeste Form mit besonders grossen Blüten und silbrigen Blättern. Diese Sorte ist sehr kräftig im Aroma.