

Ringelblumensalbe



Zutaten

- 500 g Schweineschmalz
- 250 ml Ringelblumenöl (aus Olivenöl hergestellt)
- einige Tropfen Rosenöl
- eine Handvoll Ringelblumenblüten (frisch oder getrocknet)

Zubereitung

Schmalz im Topf zergehen lassen, die Ringelblumenblüten hinein geben und kurz aufkochen lassen. Gut umrühren. Über Nacht zugedeckt stehen lassen.

Am nächsten Tag wieder kurz erhitzen und durch ein Tuch siehen (oder durch einen Kaffeefilter schütten). Ringelblumenöl und Rosenöl dazugeben. Das Ganze in kleine Dosen abfüllen und fest werden lassen. Kühl aufbewahren.

Holunderblütengelee mit Wein



Zutaten

- 24 Dolden Holunderblüten
- 2 Zitronen
- 1 Flasche Apfelsaft (0,75 l)
- 1 Flasche Wein (0,75 l)
- 2 kg Gelierzucker

Zubereitung

Holunderblüten in Apfelsaft und Wein einlegen und die in Scheiben geschnittenen Zitronen dazugeben. Das Ganze 24 Stunden ziehen lassen und dann abseihen. Den Gelierzucker hinzugeben und Alles 4 Minuten kochen lassen. Ein Löffel voll abnehmen und auf einen kleinen Teller feststellen, ob es geliert (falls nicht, nochmals kurz aufkochen lassen). In Gläser abfüllen.



KLOSTER ARENBERG

Kräuterbowle ohne Alkohol



Zutaten

- 2 Stängel Zitronenmelisse
- 2 Stängel Pfefferminze
- 1 Flasche Apfelsaft (0,75 l)
- 1 Flasche Wasser (0,75 l)

oder:

- 4 Stängel Waldmeister
- 2 Stängel Lavendel
- 2 Stängel Zitronenminze
- 2 Stängel Salbei
- 1 Flasche Apfelsaft (0,75 l)
- 1 Flasche Wasser (0,75 l)

Zubereitung

Die Kräuter über Nacht in den Apfelsaft einlegen und kühl stellen. Am nächsten Tag abseihen und mit Wasser auffüllen. Gekühlt schmeckt die Bowle am besten.

Haferflocken-Müsli



Zutaten

- 30 g gekeimte Körner
- 20 g grobe Haferflocken (wichtig)
- 25 g geraspelte Äpfel mit Schale
- 1 EL Sonnenblumenkerne
- 1 EL Leinsamen
- 1 Tasse Milch (ca. 150 ml)
- 2 Tassen Dickmilch (ca. 300 ml)
- 1 Tasse Orangensaft (ca. 150 ml)
- ½ Banane in Scheiben

Zubereitung

Alle Zutaten in eine Schüssel geben und gut vermengen. Nach Bedarf kann die Menge mit etwas Birnensaft abgeschmeckt werden. Alles zusammen etwa eine Stunde lang quellen lassen.

Arenberger Rucola Pesto



Foto: wrw / Pixelio pixelio.de

Zutaten

- 1/2 Lage Rucola 800 g
- 2 l Olivenöl
- 160 g Sonnenblumenkerne geröstet
- 1 Rote Paprika
- 1 EL Steak Pfeffer von Wiberg
- 1 EL Ursalz Pur von Wiberg

Zubereitung

Den Rucola waschen und trocken schütteln. Rote Paprika waschen und in Stücke schneiden. Sonnenblumenkerne in einer Pfanne ohne Fett goldgelb rösten. Das Olivenöl in ein hohes, standfestes Gefäß geben und die Zutaten dazugeben. Sodann mit dem Stabmixer pürieren.



KLOSTER ARENBERG

Hausdressing Kloster Arenberg

Zubereitung

- 3 EL Ursalz
- 5 EL Zucker
- 3 EL Senf
- 2 EL Pfeffer
- 4 EL Meerrettich
- 4 St Knoblauch
- 6 EL Miracel Wip
- 1 l Wasser nach Bedarf
- 1 l Rotweinessig
- 100 ml Himbeeressig
- 100 ml Balsamicoessig
- 100 ml Nußöl
- 2 Bund Petersilie

3l Sonnenblumenöl nach und nach zugeben und mit dem Mixer unterrühren.