

# Wildkräuter in der Küche – eine Anleitung

## **Der Wildkräuter-Kurs von Carla Schönbächler im Birchli bei Einsiedeln, mit schöner Sicht auf den Sihlsee, war ein voller Erfolg.**

A.R. Die Frauen des Frauen- und Müttervereins Unteriberg trafen sich jeweils an den Nachmittagen des vierten oder siebten Septembers im Kurslokal bei Carla Schönbächler. Beide Kurse waren gut besucht. Interessiert machten die Kursteilnehmerinnen viele Notizen über den spannenden Einfluss der Wildkräuter in der Küche. Ausserdem lernte man etwas über ihre Verwendung als Heilmittel, wo sie wachsen und ihre genauen Erkennungsmerkmale.

Gemeinsam erkundete man Wiesen und Wegränder und sammelte die «wildes Grünes». Anschliessend verarbeitete man sie zu einem bunten und sehr köstlichen Apéro. Am meisten beeindruckte Carla Schönbächler die Teilnehmerinnen mit der Spitzwegerichsuppe (*Plantago lanceolata*). Die Suppe schmeckte nämlich wie eine feine Steinpilzsuppe mit grüner Färbung. Eine gelungene Überraschung! Natürlich wurden dann auch die anderen Köstlichkeiten mit Begeisterung gemeinsam probiert und genossen.

Der Nachmittag ging wie im Fluge vorbei. Die tollen Eindrücke und die gute Stimmung werden die Teilnehmerinnen bestimmt noch lange begleiten.



*Köstlichkeiten – und nicht nur für das Auge.*

*Foto: zvg*