

Brandnetelbroodbeleg

Ingrediënten:

Flinke veel brandneteltoppen

Olijfolie

4 tenen knoflook

Zout

Bereiding:

Werk met handschoenen aan. Verwijder harde brandnetel stengels. Was de brandnetels in de vergiet. Laat uitlekken. Snijd te grote stukken zo nodig kleiner. Smoor de groente in de wok in flink wat olijfolie. Voeg daaraan zout, en knoflook toe. Smoor tot de groente zacht is.

Verdeel over 4 kommen. Leg een lepel in elke kom. Zet op elke gedekte tafel een bord.

Recept brandnetel-sap

Brandnetelsap is bloedzuiverend, vitaliserend, vochtafdrijvend en zorgt voor snellere verbranding. Verlicht ook pijn in gewrichten. Dat komt doordat het ons lichaam stimuleert om zijn afvalstoffen uit te scheiden. Als u brandnetels gaat plukken vooral de jonge groene toppen nemen liefst in het voorjaar.

40 personen = 6 L (1,50 ml p/p)

Per keer maximaal 1 recept in de blender!

Ingrediënten:

2 bosjes brandnetels
1 L koud water
2 citroenen
4 eetlepels agavesiroop (of honing of suiker)
2 handvol (s) ijsblokjes (optioneel)

Was de brandnetel in een vergiet met handschoenen aan! Pers de citroen uit. Doe alle ingrediënten in de blender en mix dit voor 20 seconden. Haal het sap door een zeef in de glazen kannen.

Herhaal dit nog 5x

Zet de kannen op de gedekte tafels.

Daslookboter

In vroegere tijden werd boter verpakt in groot hoefblad, een plant met grote bladeren die langs de waterkant groeit. Het blad voorkwam dat de boter ging schiften tijdens de rit naar de markt. Het gaf daarbij ook zijn smaakstoffen af aan de boter en zorgde bovendien voor een extra gele kleur. Je kunt de boter ook goed in zuringblad oprollen.

40 personen 1 kg boter

Ingrediënten:

Als ze er nog zijn; met Pinksterbloemen

Flinke bos Daslook bladeren

6 Daslookbolletjes

4 pakjes gezouten roomboter

Bereiding:

Was de Daslook bladeren in de vergiet. Houdt de Pinksterbloemen apart, deze hoeven niet gewassen. Roer de boter zacht in de kom met de spatel. Snijdt de Daslook fijn en roer door de boter. Pers de Daslookbollen met de knoflookpers in de boter. Breng op smaak met peper en zout en roer er evt. de Pinksterbloemen doorheen. Verdeel de boter over de 8 schaaltes en zet deze op de gedekte tafel.

Gestoofde wilde groente

Mocht u dit gerecht thuis ook willen maken; als variatie kunt u de groente smoren en opdienen met kaas- of beschamelsaus.

Ingrediënten:

Wilde groente	2 Uien
Madeliefje	Olijfolie
Zevenblad	2 el meel (zie soepkom)
Paardenbloem	200ml bouillon
Vogelmuur	Zout, peper
Veldzuring	Nootmuskaat
Kleinhoefblad	100ml room
Brandneteltoppen	

Bereiding:

Maak de bouillon, kook met de waterkoker 200ml water. Roer in de maatbeker 2 el bouillonpoeder door het hete water. Breng de bouillonpoeder zsm naar de soep-groep (buiten onder de overkapping).

Was de wilde groene in een vergiet. Scheur hele grote bladeren in kleinere stukken. Vewijder hele harde nerven of stengels.

Snipper de ui. Smoor de ui in de olijfolie en voeg alleen mooie wildplukbladeren toe. Strooi hierover de bloem. Roer goed. Voeg vervolgens de bouillon erbij. Roer en laat zachtjes pruttelen tot de groente gaar is. Voeg naar smaak zout, nootmuskaat en peper toe. Giet vlak voor het serveren de room in dunne stralen over de groente.

Schep de groente op de 8 borden en zet deze met een eetlepel erin op de gedekte tafels.

Kruiden roomkaas

Dit recept kan evt. ook gemaakt worden met boter voor een kruidenboter. De bloemen kunnen ook gebruikt worden door de kaas. Van de Hondsrif wordt in dit recept maar weinig gebruikt, het is erg sterk van smaak.

40 personen 1500g kaas

Ingrediënten:

10 Zachte geitenroomkaasbakjes a 150gr
Flinke bos Look-zonder-look blad
5 takjes Hondsdraf

Bereiding:

Was de blaadjes in een vergiet. Verwijder de harde stengels. Roer de roomkaas door met een spatel in de grote kom. Hak de blaadjes fijn en meng ze met de roomkaas. Verdeel de roomkaas in de 8 bakjes. Zet de bakjes op de gedekte tafels (2 per tafel).

Onkruid Salade met bloemen

In dit recept voegen we verschillende bladeren en bloemen toe aan een schooltuinsla mengsel en versierd met wilde bloemen.

40 personen 4 slakommen

Ingrediënten:

Schooltuinsla 5 kroppen

Wildpluk blad van:

Paardebloemen

Madelief

Dovenetel

Duizendblad

Hondsdrif

Klein hoefblad

Look- zonder- look

Pepermunt

Muur

Veldzuring

Zevenblad

Knopkruid

Bloemen van:

Klaver

Look-zonder-look

Madeliefjes

Paardenbloemen

Viooltjes

Vinaigrette:

750ml Olijfolie

250ml Balsamico azijn

3 eetl zout

3 eetl honing

200ml Room

Bereiding:

Maak eerst de dressing in een grote kom. Voeg alle ingredienten voor de dressing in de kom en meng dit met de staafmixer tot een dik mengsel. Breng de staafmixer zsm naar de pesto-groep, zij werken in de keuken van de woning. Verdeeld de dressing in de 8 soepkommen en zet ze met een eetlepel er in op elke gedekte tafel 2 kommetjes.

Was alle groene bladeren in een vergiet. Let op: was de bloemen niet!

Verwijderer harde nerven en stengels. Gebruik alleen de zachte delen van de wildplukbladeren en scheur of snijd deze zo nodig.

Scheur en verdeel de slabladeren over de 4 kommen. Verdeel de wildplukbladeren over de schalen en meng voorzichtig. Versier de salade met de bloemen. Zet op elke gedekte tafel een slakom.

Voorjaars Frittata

Frittata is een Italiaans gerecht dat eigenlijk uit armoede is ontstaan. Het wordt namelijk gemaakt van alle groenten en pasta's die over zijn van de dag ervoor. Op het platteland werd dit vroeger veelal gegeten, omdat men zich niet iedere dag een nieuw eetmaal kon veroorloven en/of dat er genoeg over was gebleven van de dag ervoor. Uiteraard kunnen de wildpluk ingrediënten naar smaak aangepast worden.

Ingrediënten:

Wildplukgroente:

Jonge brandneteltoppen	24 Eieren
Smalle of brede weegbree	200 ml room
4 takjes Hondsdraf (1takje per omelet)	Scheutje water
Look-zonder-look	Peper
Daslook	Kerriepoeder
Paardenbloemblad	Olijfolie
Veldzuring	Geraspte kaas

Bereiding:

Maak 4 aparte omeletten.

Was alle groente en kruiden en laat uitlekken. Snijd of pluk de ze zo nodig wat kleiner. Verdeel in 4 porties.

Voor 1 omelet:

Klop 6 eieren los met 50 ml room en water, peper, zout, $\frac{1}{4}$ deel van de geraspte kaas en een theelepel kerriepoeder. Doe de olie in een koekenpan en verhit die licht. Roer $\frac{1}{4}$ deel van het groen door het eimengsel. Giet rustig in de pan en draai het vuur laag. Plaats het deksel erop en wacht tot de omelet gestold is. Leg de fritatta op een bord door de pan om te draaien. Snijd in 10 stukken.

Herhaal dit voor de overige 3 fritatta's.

Zet de 4 borden met de fritatta's op de gedekte tafels (1 per tafel).