

# Löwenzahn



## Funfacts



Eine Blüte produziert über 150 Samen, die in den Pustelblumen zum Abflug bereit sind.

Die Pflanze ist so stark, dass sie sogar durch Asphalt brechen kann.



Es gibt Menschen, die glauben, dass eine

Pustelblume verheißt, wie lange du noch lebst, indem du eine Pustelblume pustest und die restlichen Samen zählst, das sind dann die noch verbleibenden Jahre.

Alles an der Pflanze ist essbar, die Blüten eignen sich super für Gelee und auch für Tee, Ölauszüge oder Salben, die Blätter haben viele Bitterstoffe, die unsere Verdauung anregen, blutreinigend und harntreibend wirken und sogar die Wurzel kann für „falschen“ Kaffee getrocknet, geröstet und aufgegossen werden, aber auch Erwachsene schätzen die Bitterstoffe in Tinkturen, wenn der Magen verstimmt ist.

Wir können Salben mit den Blüten über einen Ölauszug machen.

Für mich das leckerste und eine Erinnerung an den Frühling während des ganzen Jahres ist ein **Aufstrich aus Löwenzahnblüten**.

Vorbereitend sammelst du etwa 6-7 Hände voll Blüten, am besten um die Mittagszeit und von einer Stelle, wo nicht so viele Tiere vorbeikommen.

Breite die gesammelten Blüten nach dem Sammeln für 30 min auf einem Tisch aus, damit kleine Tierchen fliehen können.

Aus den Blüten nutzt du nur die gelben Teile. Viel Arbeit, aber es lohnt sich, versprochen.

### Zutaten:

gut 3 Handvoll gelbe Blütenteile

1,4 l Wasser

2 Biozitrone(n)

2 Päckchen Gelierzucker 2:1



### Zubereitung:

Die Blütenteile werden mit dem Wasser und den in Scheiben geschnittenen Zitronen (Kerne entfernen) aufgekocht und dann lässt du es am besten einen Tag stehen, damit es gut durchziehen kann.

Die Zitronenscheiben entfernen und am besten den Sud pürieren, dann sind die Blütenteile gleichmäßig verteilt, den Gelierzucker hinzufügen und aufkochen, 4 Minuten köcheln lassen, Gelierprobe machen (ein Esslöffel voll auf einen kalten Teller geben und schauen, wie fest es wird, wenn es erkaltet), wenn es fest genug ist, in abgekochte Gläser abfüllen, verschließen und abkühlen lassen.

Wenn es noch nicht die gewünschte Festigkeit hat, noch einige Minuten köcheln lassen und wieder eine Gelierprobe machen und wie im Satz zuvor fortfahren.

Schmeckt super auf Vollkornbrot als süßer Aufstrich, aber manche essen ihn auch gern zum Käse.