

Hollerküchle im Bierteig

Dieses Rezept und die Fotos bekam ich von der Heilpraktikerin Sabine Christ aus Radolfzell.

Zutaten

für 2 Pers.

15 Holunderblüten

150g Mehl

2 Eier, getrennt

Salz

1/8 – 1/4 l Milch oder Bier

1EL Öl

Backfett zum Ausbacken



So wird´s gemacht

Holunderblüten mit Stiel möglichst frisch pflücken, vorsichtig abbrausen und abtropfen lassen.

Mehl, Eigelb, Salz, Milch oder Bier und Öl zu einem dickflüssigen Teig verrühren. Aus dem Eiweiss einen Eischnee schlagen und diesen unter den Teig vorsichtig unterziehen.

Bratfett in einem Frittiertopf oder Fritteuse erhitzen.

Holunderblüten am Stiel halten und in den Teig eintauchen und im Fett ausbacken.

Dazu Vanillesauce servieren.

Fotos: Sabine Christ