



Gebackene Holunderblüten

Der Frühsommer rückt näher und mit ihm die Blüte des Holunderstrauchs.

Ich kenne das Rezept für gebackene Holunderblüten aus meiner Lehrzeit als Konditorin in Österreich.

Am liebsten mache ich sie mit einem Weinbackteig. Die Blüten sollte man vor der Zubereitung nicht waschen. Beim Waschen wird der Blütenstaub und Nektar entfernt und das wäre sehr schade.

Daher ist es wichtig, unbeschädigte Holunderdolden zu sammeln. Man sollte auch nur so viel wie benötigt sammeln. Oft sammelt man zu viel und die schönen Blüten lassen sich nicht lange aufbewahren.

Zutaten für ca. 6 Portionen:

130g Weizenmehl, 550er

70ml Weißwein

90ml Milch

2 Eier

40ml Raps/Sonnenblumenöl

eine Prise Salz

die geriebene Schale von ½ Zitrone

10g Vanillezucker

25g Zucker

Öl zum Frittieren

Etwa 12 mittelgroße Holunderblütendolden

Zubereitung:

Die Eier trennen. In einer Schüssel das Mehl, die Milch, den Wein, das Öl, die Eidotter und Salz, Vanillezucker und Zitronenschale miteinander vermengen.

Die beiden Eiweiße separat mit dem Zucker zu Eischnee schlagen.

Den Eischnee der restlichen Masse vorsichtig unterheben.

Währenddessen in einem kleinen Topf etwas neutrales Öl zum Frittieren erhitzen (dafür ein Öl verwenden, dass sich hoch erhitzen lässt). Der Topf muss nicht komplett voll mit Öl sein, etwa 2-3cm Höhe an Öl reicht. Es wird danach viel Öl übrigbleiben. Das kann man abgekühlt durch ein feines Sieb filtern, in ein Schraubglas füllen und wieder zum Frittieren oder nach und nach zum Anbraten verwenden.

Die Holunderblüten komplett in den Teig tunken. Da der Teig dickflüssig ist kann man mit einem Löffel nachhelfen. Am Blütenstiel kann man die Dolde dabei gut festhalten.

Die Dolde dann in das heiße Öl geben.

Hier ist ein bisschen Fingerspitzengefühl gefragt. Das Öl sollte nicht zu heiß sein, sonst bildet sich viel Rauch und der Teig brennt an.

Wenn das Öl allerdings zu kalt ist, löst sich der Teig von der Blüte. Am besten macht man eine Probe, indem man eine kleine Menge vom rohen Teig in den Topf gibt. Wenn es direkt anfängt zu blubbern hat das Öl die richtige Temperatur (ca. 165°C).

Nach und nach kann man jetzt die Blütendolden frittieren.

Die Dolde erst in den Teig tunken kurz bevor man sie in den Topf mit Öl gibt.

Die fertig ausgebackenen Dolden können auf einem Küchentuch abgetropft werden.

Falls am Ende noch Teig übrig ist, kann man den Teig auch so mit Löffeln in das Öl portionieren und ohne Füllung frittieren.

Die gebackenen Holunderblüten sollten direkt nach dem Frittieren noch warm gegessen werden.

Dazu passen frische Erdbeeren, Rhabarberkompott, gesüßter Sauerrahm oder Vanilleeis.

Als Garnitur eignen sich frische Holunderblüten.

Buon Appetito!

