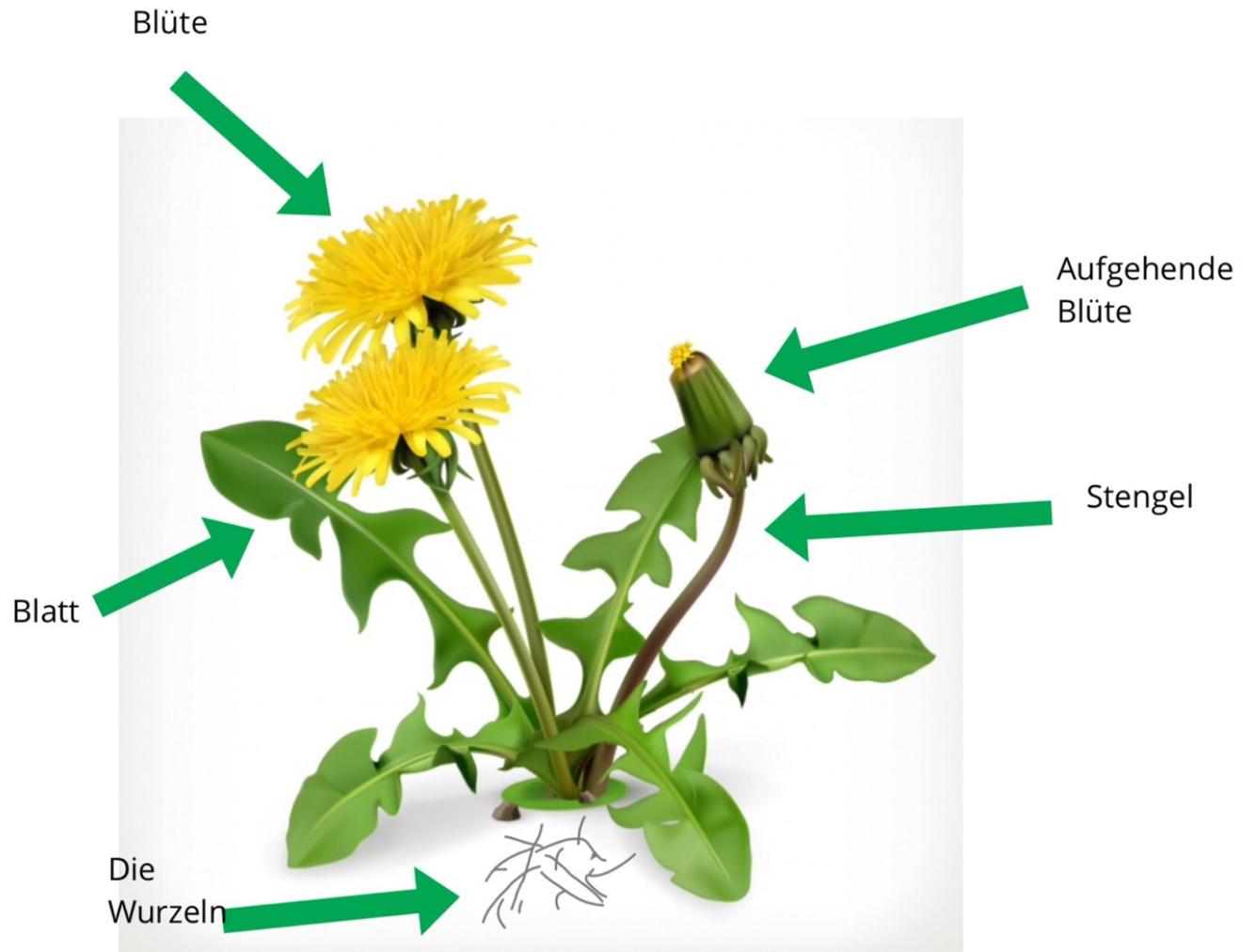


DAS IST UNSER
LÖWENZAHN 🦋



Löwenzahn

Teile des Löwenzahns



Woher hat der Löwenzahn
seinen Namen?

Der Löwenzahn wurde nach
dem Löwen benannt.

Er hat Blätter, die aussehen
wie ein Löwenzahn und eine
Blüte, die aussieht wie die
Mähne.



LÖWENZAHN

REZEPT

LÖWENZAHN-PESTO

Du brauchst:

- 50g Löwenzahnblätter
- 50g Pinienkerne (alternativ: Mandeln)
- 2 Knoblauchzehen
- den Saft ½ Zitrone
- 50g geriebener Emmentaler
- 6EL Olivenöl
- Salz und Pfeffer



Quelle: colourbox.com

So geht's:

1. Löwenzahn gründlich waschen und mit einem Küchentuch etwas trocknen.
2. Alle Zutaten mit einem Pürierstab zerkleinern.
3. Mit Salz und Pfeffer würzen und in ein kleines Glas füllen.
4. Zuletzt auf das Pesto im Glas einen weiteren Löffel Öl geben.

KARTOFFEL-LÖWENZAHN-SUPPE

Du brauchst:

- 350g mehligkochende Kartoffeln
- 250 g Löwenzahnblätter
- 1 Frühlingszwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL Pflanzenöl
- 1 Liter Gemüsebrühe
- 1 Möhre
- 1 Stück Sellerie
- 2 EL Saure Sahne
- Salz und Pfeffer



Quelle: colourbox.com

So geht's:

1. Die Kartoffeln schälen und würfeln.
2. Möhre und Sellerie in kleine Würfel schneiden.
3. Die Frühlingszwiebel und Knoblauchzehe schälen und fein hacken.
4. In heißem Öl anschwitzen, Kartoffeln, Möhre und Sellerie dazugeben und mit der Brühe ablöschen.
5. Etwa 15 Minuten bei geringer Hitze köcheln lassen.
6. Löwenzahn gründlich waschen. Alte Blätter aussortieren und den Rest grob hacken.
7. Löwenzahn zur Suppe geben und dann fein pürieren.
8. Die saure Sahne einrühren und die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken.