

## Chörblichrut Parfait (nach Christoffer Hruskova)



### Zutaten:

250 g frisches Chörblichrut,  
6 Eigelb  
90 g Puderzucker  
2,5 dl Vollmilch  
5 dl Doppelrahm

### Zubereitung:

Milch und 200 g grob gehacktes Chörblichrut mixen, bis eine grüne und gleichmässige Flüssigkeit entsteht. Eigelb und Puderzucker mit dem Schwingbesen zu einer luftigen, hellen Masse schlagen.

Doppelrahm leicht schlagen, dann unter die Eigelbmasse ziehen und am Schluss die Milch/Chörblichrutmasse unterziehen. In ein geeignetes Gefäss oder kleine Silikon-Förmchen geben und 6-7 Stunden gefrieren. Ca. 20-30 Minuten vor dem Servieren aus dem Tiefkühler nehmen und mit dem Chörblichrut garnieren. Dazu passt ein Sanddorn-Topping

## Rhabarber-Chörblichrut Konfitüre

Das Chörblichrut nimmt dem Rhabarber die Säure und ersetzt zum Teil den Zucker.



### Zutaten:

1 kg Rhabarber

700 g Zucker

ca. 100g Chörblichrutblätter, nicht gehackt

1 dl Apfelsaft oder ein geriebener Apfel, ev. Zitronensaft einer Zitrone

ev. 1 TL Rosenwasser

Pektin (Unigel) nach Angaben auf der Packung

### Zubereitung:

Rhabarber schälen und in dünne Scheiben schneiden, mit dem Zucker und dem Apfelsaft mischen und über Nacht stehen lassen. Das Chörblichrut begeben, aufkochen, etwas ziehen lassen und dann das Chörblichrut wieder entfernen. Pektin dazu geben, nochmal aufkochen und in gut ausgekochte Gläser mit Schraubverschluss füllen. Sofort verschliessen und mehrmals umdrehen, damit die eingeschlossene Luft sterilisiert wird. Ruhig stehen lassen. Nach dem Öffnen im Kühlschrank lagern und innert 14 Tagen konsumieren.

## Shortbread mit Chörblichrut

### Zutaten:

100 g Zucker

10-15 getrocknete Samen des Chörblichrut

200g weiche Butter

300g Halbweissmehl

1 Prise Salz

### Zubereitung:

Ofen auf 160 Grad vorheizen. Samen und etwas Zucker im Mörser zerstoßen. Butter und Chörblizucker mit der Küchenmaschine schlagen, bis hell und luftig. Mit dem Mehl rasch zu einem Teig zusammenfügen, nicht kneten. Auf einem bemehlten Tisch ca. 5-7 mm dick auswallen und mit dem Messer in kurze Stangen oder mit Ausstechform in beliebige Form bringen. 15-20 Min. backen, bis sich die Ecken leicht braun färben. Auf einem Gitter auskühlen lassen und in einer Blechdose aufbewahren.

## Tortilla mit Chörblichrut

Der Geschmack des Chörblichrut passt zu allen Kartoffelgerichten, z.B. auch als Kräuterquark zu Gschwellti



### Zutaten:

- 300g gekochte Kartoffeln, kalt
- 2 kleine Zwiebeln
- 1 TL Salz, Pfeffer, Butter
- 6 Eier
- 1 dl Milch
- 1 1/2 dl frische, gehackte Chörblichrutblätter

### Zubereitung:

Kartoffeln in dünne Scheiben schneiden. Zwiebel hacken und zuerst mit Butter in der Bratpfanne andämpfen und herausnehmen. Dann die Kartoffeln mit Butter einige Minuten braten, Zwiebeln wieder begeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Chörblichrut, Eier und Milch verquirlen und in die Pfanne mit den Kartoffeln geben. Leicht auflockern, damit die Eier mit den Kartoffeln vermischt sind. Langsam braten, bis eine braune Kruste entsteht. Wenden und die andere Seite ebenfalls anbraten. Mit etwas Chörblichrutblättern garnieren.

## Labneh mit Chörblichrut

Labneh ist ein orientalischer Frischkäse, der aus Joghurt hergestellt werden kann.



### Zutaten:

500 g Nature Joghurt, etwas Salz

1 EL getrocknete Chörblichrutsamen, im Mörser zerstossen

1 EL geröstete Sesamsamen

2 EL fein gehackte Zitronenzesten (ohne das Weisse, das bitter schmeckt)

4 EL Olivenöl

### Zubereitung:

Joghurt mit Salu verrühren in ein mit einer locker gewobenen Gaze/Mull Tuch ausgekleidetes grosses Sieb geben, über eine Schüssel stellen. Mit Lebensmittelfolie abdecken und im Kühlschrank über Nacht abtropfen lassen. Es soll ca. 250 g Labneh entstehen. Labneh vorsichtig auf einen Teller wenden, das Tuch wegnehmen. Das halbkugelige Labneh mit Olivenöl beträufeln und die Mischung aus Zitrone, Chörblichrut und Sesam darüber streuen.

Passt gut zu Crostini, zu Kartoffeln, auf einer Omelette als Wrap oder auf Fladenbrot.