



# Kräuteressig - Varianten

Herausgegeben vom KreislandFrauenverband Zollernalb e.V.  
anlässlich der Landesgartenschau 2023 in Balingen

## Grundrezept

Die Kräuter kommen in die Flasche und werden mit Essig aufgefüllt. Die Flaschen bleiben zwei Wochen im Hellen stehen, danach ist der Essig fertig. Wer möchte, kann die Kräuter bereits nach einer Woche entfernen, um ein milderes Aroma zu erreichen.

## Bärlauchessig

- ½ l **Weißweinessig**
- 4-5 Blatt **Bärlauch**

passt zu allen Blattsalaten



## Frühlingswiesen-Essig

- ½ l **Weißweinessig**
- 5 Blatt **Löwenzahn**
- 5 Blüten **Wiesenschaumkraut**
- 10 Stk. **Gänseblümchen**
- 2-4 Blatt **Sauerampfer**



passt zu Blattsalaten, vor allem zu Salaten mit Wildkräutern



# Kräuteressig - Varianten

Herausgegeben vom KreislandFrauenverband Zollernalb e.V.  
anlässlich der Landesgartenschau 2023 in Balingen

## Thymian-Ysop-Essig

- ½ l **Rotweinessig**
- 6 Stängel **Thymian**
- 4-5 Stängel **Ysop**
- 1 Zehe **Knoblauch**



Passt zu Gurken und Tomaten, Endivien-, Radicchio- und Rotkohlsalat

## Borretsch-Kapuzinerkresse-Essig

- ½ l **Weißweinessig**
- 4-5 Blatt **Borretsch**
- 2-3 Blüten **Kapuzinerkresse**
- 1 Zehe **Knoblauch (klein)**

passt zu Blattsalaten



# Land Frauen Zollernalb

## Wer wir sind

Wir sind Angestellte, Unternehmerinnen und Landwirtinnen.  
Wir sind Töchter, Mütter und Großmütter.  
Wir sind dein regionales Netzwerk aus ganz unterschiedlichen Frauen,  
die ein paar Gemeinsamkeiten teilen:

## Was wir tun

Wir wollen das erhalten, was uns am Herzen liegt und uns gleichzeitig weiterentwickeln.

- **Wir fördern unsere lebendige Gemeinschaft mit gemeinsamen Aktivitäten - sportlich, kreativ oder auf Reisen ...**
- **Wir lernen gerne dazu und bilden uns weiter - zu diversen Themen: Alterssicherung, Existenzgründung, ...**
- **Wir bringen uns ein und sind bereit, mitzugestalten - gesellschaftlich, politisch, praktisch, ...**

Darüber hinaus setzen wir uns für unsere ländliche Kulturlandschaft ein. Für Nachhaltigkeit und regionale Produkte und das kulturelle Leben auf dem Land.



## Ländlich, weiblich, unbeschreiblich

Schau unverbindlich vorbei, wir freuen uns!  
Termine & Ansprechpartnerinnen findest du auf unserer Website



[info@landfrauen-zollernalb.de](mailto:info@landfrauen-zollernalb.de)  
[www.landfrauen-zollernalb.de](http://www.landfrauen-zollernalb.de)

