

# Gefüllte Nachtkerzenblüten



*Kräuter im Alltag*  
Yvette Schneider



1. →

60 g Polenta

nach Anleitung auf  
Ihrer Packung in  
Bouillon kochen und  
auskühlen lassen.

250 g Ricotta und  
150 g Frischkäse

Walnussgrosse Kugeln  
formen und in die  
Nachtkerzenblüten  
füllen.

dazu mischen.

waschen, klein schneiden  
und unter die Masse  
mischen.

**Zutaten:**  
60 g Polenta  
250 g Ricotta  
150 g Frischkäse  
100g verschiedene  
Kräuter und essbare  
Blüten  
30 Nachtkerzenblüten  
etwas Bouillon  
etwas Salz

100 g Kräuter und  
essbare Blüten ( Malve,  
Borretsch,  
Gänseblümchen,  
Kapuzinerkresse,  
Johanniskraut,  
Goldmelisse U.V.M.)

**Yvette Schneider**  
Weierlistrasse 4  
8447 Dachsen

Tel. 076 / 531 34 04  
yvette.schneider@shinternet.ch

