



Walnussbrot

375 gr. Dinkelmehl Typ 630
300 gr. Dinkelschrot
1/2 ltr. Wasser
1 P. Trockenhefe
1/2 TL Zucker
1-2 TL Salz
evtl. Brotgewürz
50 gr. Walnüsse

Alle Zutaten zusammenrühren. Nicht gehen lassen! Teig in eine gemahlte Kastenform und 2 x der Länge nach durchschneiden, Bei 225 ° C ca. 1 Stunde backen

Frischkäse-Aufstrich

200 g Frischkäse
100 g Walnusskerne
1-2 EL Walnussöl
Salz (Kräutersalz), Cayennepfeffer, Prise Zucker, Paprikapulver, Curry
Etwas Zitronensaft

Frischkäse mit trockenen, gerösteten Walnüssen und Walnussöl mischen/pürieren, mit Salz, Pfeffer, Zucker und Zitronensaft abschmecken. In einer Schüssel anrichten, mit Petersilie garnieren.

Richtiges Ernten, Trocknen und Lagern von Nüssen

- nur reife Nüsse ernten, die vom Baum fallen oder ohne große Kraftanstrengung vom Baum geschüttelt werden können
- Tägliches Aufsammeln ist wichtig. Hilfreich ist es, Gras unter dem Baum kurz zu halten
- Grüne Schalenreste entfernen mittels Bürste, Gummihandschuhe, (auch Waschen ist möglich)
- Frische oder feuchte Nüsse innerhalb von 24 Stunden lufttrocknen lassen, um Schimmelpilze zu vermeiden
- während der Trocknungsphase die Nüsse großflächig ausbreiten und nicht aufeinander legen. Immer wieder wenden. Hilfreich sind engmaschige Gitter oder Siebe, wegen der Luftzirkulation. Falls sie unter einem Vordach liegen, an die Nachtfeuchtigkeit denken!!
- die Trocknungstemperatur von 30 Grad sollte nicht überschritten werden, weil sie sonst ranzig werden
- ca. 4 – 6 Wochen trocknen, ideal bei 20 – 25 Grad.

Richtig getrocknete und gut gelagerte Nüsse sind lange haltbar und können bedenkenlos bis zur nächsten Nussernte verwendet werden.

Nüsse werden auch in unserer Region für die „**Manufaktur Gelbe Bürg**“ (www.gelbe-buerg.de) in Sammenheim gesammelt. Wo Sie das hochwertige Walnussöl und weitere Produkte der Manufaktur kaufen können, können Sie unter: <https://www.gelbe-buerg.de/verkaufsstellen/> nachschauen.



Walnuss-Paste

200 g gemahlene Walnüsse
1 Zwiebel
1-2 Knoblauchzehen
100 ml Öl/Walnussöl
Salz, Pfeffer, Thymian, Majoran
1/2 Bund Petersilie

Die Zwiebel und die Knoblauchzehen schälen und klein würfeln. In etwas Öl andünsten. Die Walnüsse unterrühren. Salzen und Pfeffern. Die gehackte Petersilie ebenfalls unterrühren. Die heiße Masse in ein Glas füllen und das restliche Öl unterrühren. Schmeckt gut zu Nudeln oder Brot.

Der Aufstrich kann im Kühlschrank einige Tage gelagert werden.

Karamellierte Walnüsse

100 g Walnusskerne
2 EL Zucker
Zucker in der Pfanne zu Karamell machen anschließend Walnüsse dazu geben. Auf einem Backblech auskühlen lassen.