

Rezept

# Kristall-Zuckerblüten

Ein Rezept von Kristall-Zuckerblüten, am 14.04.2026

## Zutaten

- |   |   |
|---|---|
| frisch geerntete, ungespritzte essbare Blüten | <b>1</b> Eiweiß (Größe M)                                       |
| Salz  | einige Spritzer Rosen- oder Orangenblütenwasser (nach Belieben) |
| <b>100 g</b> Puderzucker oder feinsten Zucker |   |

## Rezeptinfos

**Schwierigkeitsgrad** leicht

## Zubereitung

1. Die ausgewählten Blüten (z. B. Veilchen, Hornveilchen, Kapuzinerkresseblüten oder Duftrosen) von Ungeziefer befreien, aber nicht waschen, Stielansätze abknipsen. Große Blüten wie Rosen vorsichtig in einzelne Blätter zupfen.

---

2. Eiweiß und 1 Prise Salz mit dem Schneebesen schaumig schlagen, nach Belieben das Rosen- oder Orangenblütenwasser unterrühren. Den Zucker auf einem Teller verteilen.

---

3. Die Blüten vorsichtig im Eiweißschaum wenden und nicht zu nass werden lassen, mit zwei Gabeln herausheben und im Zucker wenden, sodass er rundherum haften bleibt.

---

4. Die Blüten auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und in einem warmen Zimmer (am besten über einem Heizkörper) trocknen, bis der Zucker fest ist. Die Blüten sofort verwenden oder in luftdicht verschließbaren Dosen aufbewahren, dabei jeweils Butterbrotpapier zwischen die einzelnen Schichten legen. So halten sie 4-5 Tage.