

lisdoddelint

Rauwe lisdoddesoep

- 2½ kopje amandelen
- 10 kopjes water
- 2 kopjes lisdoddescheuten dun gesneden
- ¼ kop munt, fijngesneden
- sap van een ½ citroen

Laat de amandelen met het water een nacht in de koelkast trekken. Pureer en verzamel zoveel mogelijk vocht met behulp van een kaasdoek. De pulp wordt niet meer in dit recept gebruikt. Meng de amandelmelk met de overige ingrediënten en serveer koud.

Stuifmeel met honing

Medio juni produceren de lisdoddeplanten stuifmeel via aren. Dit stuifmeel kan geoogst worden door een plasticzak over de aar heen te schuiven, en vervolgens tegen de aar aan te tikken, het stuifmeel komt dan vrij. Door het stuifmeel te mengen met honing (crème) in een verhouding van 3 delen honing en 1 deel stuifmeel, ontstaat een lekker en gezond beleg boordevol vitamines en mineralen, bijvoorbeeld voor op toast.

Lisdodde knollen op zoetzuur

- 20 lisdoddewortelscheuten
- 1 liter witte wijnazijn
- 750 gram kristalsuiker
- een theelepel korianderzaad
- stukje van 3cm geschilde gember
- 1 in ringen gesneden halve rode peper
- Halve gekneusde serehstengel
- Snufje zout en enkele peperkorrels

Was de lisdoddewortelscheuten goed.

Haal de buitenste schil/huid eraf.

Schaaf ze op een mandoline of snijd ze met een mes zo dun je kan.

Maak van de andere ingrediënten een zoetzuur door alles bij elkaar te doen en kort te koken.

De zoetzuur is klaar als de suiker is opgelost.

Doe de lisdodde in een pot en blus af met de half afgekoelde zoetzuur.

Je kunt de lisdodde ook inmaken door alle potjes te steriliseren en de zoetzuur er kokend op te doen.

