

# Gurkensalat mit Borretsch

by Andreas - Mittwoch, Juli 28, 2010

<http://mundgericht.de/index.php/gurkensalat-mit-borretsch/>

Borretsch auch Blauhimmelstern oder wegen des Geschmacks der Blätter auch Gurkenkraut genannt, wird heutzutage eher weniger in der Küche verwendet. Schade eigentlich! Die Pflanze stammt aus dem Mittelmeerraum, wird aber seit dem Mittelalter auch im europäischen Raum angebaut. Sie hat einen festen Platz in der Pflanzenheilkunde.

**(Vielen Dank für dieses Rezept an Conny)**

**1 Salatgurke**

**2 EL Sonnenblumenöl**

**1 EL Zitronensaft**

**1 Prise Zucker**

**1 Bund Borretsch**

**Salz**

Die Gurke in Würfel schneiden und mit dem Öl, dem Zucker, Salz und dem Zitronensaft vermengen.

Die Blätter vom Borretsch haben feine Borsten, die unangenehm auf der Zunge sein können. Daher sollte man die abgezupften Blätter in ein Handtuch wickeln und gleichmäßig mit leichtem Druck mit der Handfläche die Handtuchrolle auf einer Arbeitsfläche rollen. Das läßt die Borsten abknicken.

Borretschblätter klein schneiden und zum Salat geben. Zum Schluss mit den blauen Borretschblüten bestreuen.