



Crocus sativus linnaeus  
Foto: J.F. Waldmeyer

## DAS TEUERSTE GEWÜRZ DER WELT: SAFRAN

Safran wird aus dem Inneren einer fliederfarbenen Krokusblüte geerntet. **Crocus sativus linnaeus**, ein Schwertliliengewächs, das mit dem Frühlingskrokus verwandt ist. Geerntet wird allerdings erst im Oktober und November. Safran wird in Afghanistan, im Iran oder in Spanien angebaut – aber auch im Bereich der LAG Region an der Romantischen Straße. Im Feuchtwanger Ortsteil Unterdallersbach baut Familie Waldmeyer seit einigen Jahren Safran an.



Foto: Landschaftspflegeverband  
Mittelfranken



## LANDSCHAFT, DIE SCHMECKT!

### FRANKENHÖHE-LAMM: LECKER UND NEU!

Frühjahr ist Lamm-Saison: Zu den Aktionswochen vom 17. März bis 16. April 2023 präsentiert sich das Franckenhöhe-Lamm mit neuem Gesicht und neuem Angebot: Leckere Pfefferbelzer, Lammsalami oder geräucherte Bratwürste vom Lamm laden zum Probieren ein. Wer Franckenhöhe-Lamm isst, unterstützt zudem die heimischen Schäfereien und damit auch den Blütenreichtum und die Artenvielfalt auf der Franckenhöhe! Adressen von Gaststätten, Metzgern und anderen Verkaufsstellen sowie weitere Infos finden Sie unter [www.frankenhoehe-lamm.de](http://www.frankenhoehe-lamm.de)



# HEIMAT SCHMECKEN IM FRÜHLING

LANDKREIS ANSBACH

Spargel, Rhabarber, Lauch, Salat, Bärlauch, Spinat und vieles weiteres Obst und Gemüse ist ab dem Frühjahr wieder aus unserem heimischen Anbau verfügbar. Die Bäume der Zwetschgen, Kirschen, Äpfel, Birnen und Co blühen auf den Streuobstwiesen und bieten einen artenreichen Lebensraum. Lamm-Aktionswochen haben Saison. Zu Ostern und darüber hinaus man gefärbte Eier aus der Region genießen. Der Tag des Bieres am 23. April und der Mühlentag am 29. Mai machen auf weitere regionale Produkte aufmerksam. Mehr Einblicke in die Vielfalt unseres Landkreises geben diese zwei Seiten, die Ihnen das Regionalmanagement des Landkreises Ansbach unter dem Motto „Landkreis Ansbach – Heimat schmecken im Frühjahr“ präsentiert. **Tipp: Regionale Produkte unter [www.direktvermarktung-landkreis-ansbach.de](http://www.direktvermarktung-landkreis-ansbach.de)**

**oder auf den neuen Social Media Kanälen  
des Landkreises entdecken:**

- Instagram:** [www.instagram.com/landkreisansbach](http://www.instagram.com/landkreisansbach)
- Facebook:** [www.facebook.com/landkreis.AN](http://www.facebook.com/landkreis.AN)



# IDEEN MIT HOLUNDER („HOLLER“) KREATIV UND NACHHALTIG

Tipps aus der Fachschule für Ernährung und Haushaltsführung Ansbach

Eine begrenzte Zeit in Frühling und Sommer blüht der Schwarze Holunder. Seine Blüte ist weiß. Holunder wird in manchen Gegenden – wie in Westmittelfranken – auch als „Holler“ bezeichnet. Schwarzer Holunder ist von der Blüte bis zur Beere eine in Bezug auf die Verwertung interessante Pflanze: Im Frühjahr lassen sich die Blüten zu Sirup oder Holunderblütenzucker verarbeiten. Wer noch etwas Saft vom letzten Jahr übrig hat, der kann damit Ostereier Illa färben. Ein Rezept-Klassiker ist auch das Hollerküchle.

## Hollerküchle

### Zubereitung

Blüten nicht waschen, sondern nur abklopfen, so lassen sich Käfer gut entfernen.

Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen und kaltstellen.

Eigelb, Milch, Mineralwasser und Mehl zu einem homogenen Teig verrühren und 20 Min. kaltstellen, danach Eiweiß unterheben.

Sonnenblumenöl in der Pfanne erhitzen. Dolden in Teig tauchen und im heißen Fett ausbacken.

Auf einem Küchentrepp abtropfen lassen, mit Puderzucker bestreuen und heiß servieren.

### Zutaten

- 8 bis 10 Holunderblüten-Dolden
- 3 Eiweiße
- Prise Salz
- 3 Eigelb
- 200 ml Milch
- 200 ml Mineralwasser mit Kohlensäure
- 150 g Mehl
- Sonnenblumenöl
- Puderzucker



**Holler – Pflanze mit vielfältigen Verwertungsmöglichkeiten**  
Foto: Margit Strauß, AELF Ansbach



Fotos: Regina Bremm



## BLÜHENDE LANDSCHAFTEN

Mächtige Birnen, Zwetschgen, Kirschen und Apfelbäume stehen entlang von Wegen und Straßen, inmitten von Feldern oder auf den Streuobstwiesen. Im Frühling ist am besten zu sehen, wo sich die vielen Streuobstbestände in der Region befinden. Die Blüte der Bäume ziert dann diese biologisch besonders wertvollen Landschaften. Das bedeutet viel Arbeit für die fleißigen Bienen und später reichlich Saft und Honig für die Menschen.



## REGIONALER ESSEN IM LANDKREIS ANSBACH ...



... auch in Betriebskantinen. Dafür setzt sich die Regionalbewegung Mittelfranken im Projekt „Kantine sucht Region“ ein.

Mit [www.regiokantine.de](http://www.regiokantine.de) ist eine Vernetzungsplattform für Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung und regionalen Anbietern entstanden. Dort präsentieren sich bereits über 100 Erzeuger, Verarbeiter und Händler mit ihrem für die Gemeinschaftsverpflegung verfügbaren Sortiment an regionalen Lebensmitteln.



Nomad Soul – stock.adobe.com

