



Bildquelle: Rosensirup und Wildapfelgelee, AT-Verlag 2024

## Veilchen-Essig & Veilchen-Spritz - Hicks!

### Zutaten Veilchen-Essig (ca. 1 Liter)

10 Stk. Veilchenblüten, gewaschen und abgetrocknet  
2 EL Schweizer Honig  
1 Liter Weisswein-Essig (Glasflasche)

### Viel Freude beim Zubereiten

Veilchenblüten, Honig und Essig in ein verschliessbares Glas oder Flasche geben, gut schütteln und für 10 Tage oder 2 Wochen an einem dunklen, kühlen Ort ziehen lassen. Dabei 1-2 mal täglich gut schütteln, danach absieben und bis zur Verwendung verschlossen aufbewahren.

### Zutaten Veilchenblütensirup

1 Litermass Veilchenblüten  
1 Liter Wasser  
1 kg Zucker  
30 g Zitronensäure

Wasser und Zucker gut verrühren, aufkochen und auskühlen lassen. Veilchenblüten und Zitronensäure mit dem kalten Zuckerwasser gut vermischen. 24 Stunden an einem kühlen Ort stehen lassen. Abseihen und in Bügelflaschen abfüllen: Kühl lagern und zeitnah verwenden.

### Zutaten Veilchen-Spritz (ca. 1 Liter)

5 dl Trockener Schweizer Weisswein  
5 dl Mineralwasser (Glasflasche)  
0.8 dl Veilchen Sirup  
12 Stk. Eiswürfel

Alle Zutaten vermischen, in Gläser verteilen und mit Eiswürfeln und Veilchenblüten ausgarnieren.

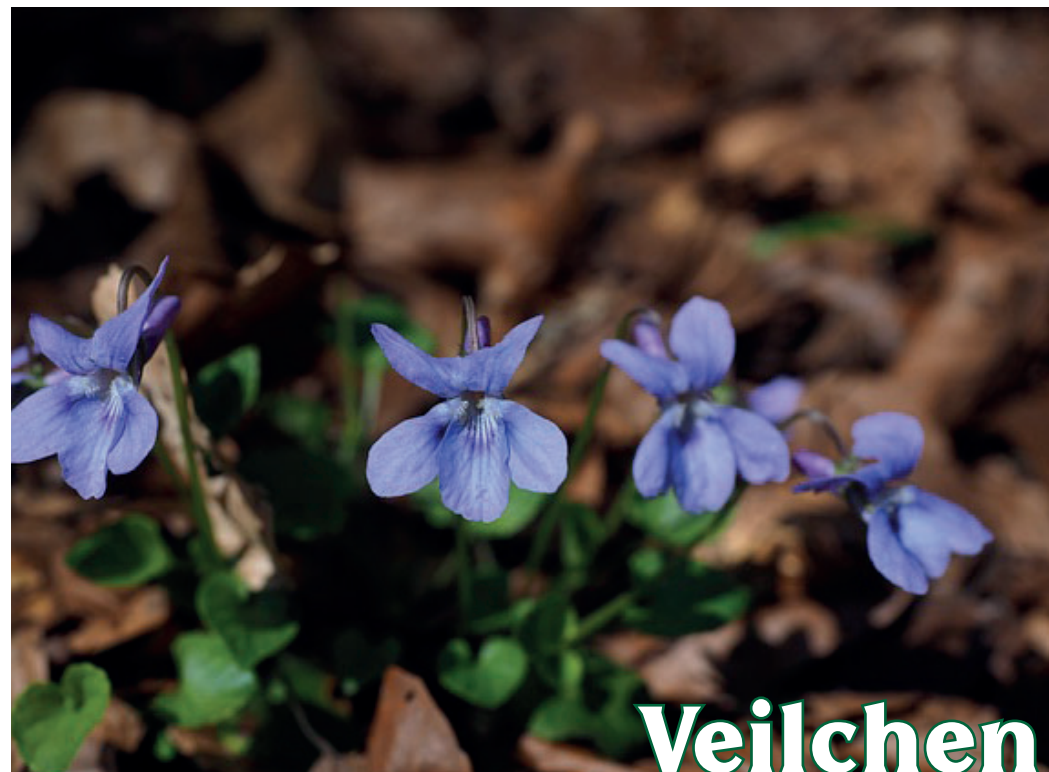
Rezept CULINARIUM ALPINUM  
Küchen-Team

Im Restaurant CULINARIUM ALPINUM im ehemaligen Kapuzinerkloster dreht sich alles um die regionale Küche, die täglich für Sie aufs Neue kreativ interpretiert und serviert wird. Die verwendeten Produkte stammen vorwiegend aus Nidwalden, Obwalden und den angrenzenden Zentralschweizer Kantonen, vorzugsweise aus biologischem Anbau. Produkte aus der Schweiz und dem Alpenraum ergänzen das Angebot.

**CULINARIUM ALPINUM**

Mürgstrasse 18 | CH-6370 Stans | +41 41 619 17 17 | [culinarium-alpinum.ch](http://culinarium-alpinum.ch)

  
**CULINARIUM  
ALPINUM**



# Veilchen violett oder gelb?



TRADITION BEWAHREN  
GENUSS ERLEBEN  
ZUKUNFT NACHHALTIG GESTALTEN

TRADITION  
&  
WISSEN



### Violett-gelbes Frühlingserwachen?

Von Scarlett D., Wissenssammlerin im CULINARIUM ALPINUM

Wenn meine Wiesen auf 700m über Meer schneefrei werden, dann taucht am Südhang zuerst das violette Märzveilchen auf. Dann geht es ans vorsichtige, freudige Sammeln für den heissbegehrten, zartvioletten bis pinkfarbenen Veilchensirup rund ums CULINARIUM ALPINUM.

Das violette Märzveilchen bietet von Anfang März bis Ende April (manchmal schon früher) eine farbintensive Blütenpracht. Die Blüten und Blütenknospen können roh gegessen oder als Dekoration über Salate, warme Speisen und Desserts gegeben werden. Man verarbeitet sie auch als Aroma in Fruchtsaft und Essig, als mit Zuckerguss kandierte Leckereien, als Tee und gekocht zu Gelee oder zu Sirup (Buch, Essbare Wildpflanzen einfach bestimmen, AT-Verlag 2022). Das gelbe Bergveilchen ist für mich eine Neuentdeckung, denn diese Heilpflanze wurde „fast vergessen“. Vielleicht weil sie so leicht in ihren ruhigen, feuchten, schattigen Ecken übersehen werden. Umso besser sie wieder neu zu entdecken. Das Bergveilchen gehört zu den häufigsten Alpenpflanzen. Es wächst von der momentanen Stufe der Bergwälder bis hinauf zur alpinen Stufe in

3000 Meter Höhe (Lexikon der Alpenheilpflanzen, AT-Verlag 2014).

### Brauchtum & Geschichten

#### Bergveilchen Viola biflora, gelbe Bergviole

Eine Delikatesse für jede Wildkräuterküche. In mehreren abgelegenen Bergtälern der Ostalpen wird das Bergveilchen noch in der Küche verwendet. Die Blätter werden als Salat oder Gemüse gegessen oder als Eindickungsmittel für Saucen verwendet. Aus den Blüten bereitet man Kräuternessig zu. Weit verbreitet ist das Ausräuchern der Kleiderkammern mit getrocknetem Kraut gegen Ungezieferbefall. Ein ätherisches Öl aus den Blüten und Blättern wird in der Parfümerie verwendet, und die Blüten selbst werden zur Aromatisierung von Atemerfrischern verwendet. Die Veilchen-Bonbons Dose (mit violetten Veilchen) meiner Urgrossmutter hatte mich schon als Kind fasziniert und es gibt sie heute noch zu kaufen.

#### Duftveilchen Viola odorata, violettes Veilchen, Märzveilchen

Das wohlriechende Veilchen wurde schon in der Antike wegen seiner Heilkraft geschätzt. Mit den Blüten und Honig bereitete man einen heilkräftigen Veilchensirup zu.

### Tipp:

- Das gelbe Bergveilchen, Viola biflora, ist fast in Vergessenheit geraten und es lohnt sich es neu zu entdecken.
- Aus den frischen Blüten des violetten Märzveilchens, Viola odorata, lässt sich ein fast pinkfarbener Sirup zaubern.
- **Wichtig:** Das wilde, dunkelrose farbene Alpenveilchen, Cyclamen purpurascens, gilt als giftig!

Pflanzen aus der wilden Landschaft mit Vorsicht vor Verwechslungen und mit Sorgfalt zur Erhaltung des Artenschutzes sammeln.

Heute wird der Veilchensirup im CULINARIUM ALPINUM unter anderem für einen Veilchen-Spritz verwendet (siehe Rezept).

### Geschmack & Verwendung

Veilchen, insbesondere das Duftveilchen (Viola odorata), haben einen einzigartigen Geschmack. Die Blüten zeichnen sich durch ihre Süsse und ein mildes, grasiges Aroma aus. Die jungen Blätter hingegen haben einen leicht bitteren Geschmack und können sowohl roh als auch gekocht gegessen werden. In den Blüten findet sich ein angenehm riechendes ätherisches Öl (mit Curcumen und Eugenol) und der blaue Farbstoff Cyamin. Verwendet wird die ganze Pflanze, einschliesslich der Wurzeln (Buch, Enzyklopedie Essbare Wildpflanzen, AT-Verlag 2013).

### Ernte & Eigenschaften

Hauptblütezeit ist ab März, Mai bis in den Juni. Das Kostbarste sind die Blüten. Diese werden normalerweise im späten Winter und frühen Frühling in Hülle und Fülle produziert. Die Blüten können frisch geerntet und sofort verarbeitet werden. Welke Blüten werden meist nicht mehr verwendet, da sie schnell verderben.

Die Pflanzen sind sehr kälteresistent und vertragen Temperaturen bis etwa -20°.

Medizinische Anwendungen: Wird traditionell zur Behandlung von Kopfschmerzen, Migräne, Schlaflosigkeit, Bronchitis und anderen Atemwegserkrankungen verwendet. Enthält Salicylsäure, die in Aspirin vorkommt.



GENUSS  
ERLEBEN