

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 63 (2006)  
**Heft:** 4: Medikamente aus dem Internet

**Rubrik:** Die A. Vogel Naturküche

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 24.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

dere

ern.

## Rosenblüten-Kaiserschmarren

**Zutaten:**

3 Eier  
200 g Weizen- oder Dinkelvollkornmehl  
1/4 l Milch  
1/8 l Sahne  
1 Prise Salz

1 EL flüssige Butter  
30 g Honig  
50 g Mandeln, gehobelt  
1 EL Rosenwasser  
1 Handvoll Duftrosenblüten, ungespritzt  
Fett zum Ausbacken



Eier trennen. Mehl mit Milch, Sahne, Honig, Eigelb und einer Prise Salz gut verrühren. Langsam unter Rühren die flüssige Butter unterheben. Eiweiss zu Schnee schlagen und unter den Teig heben.

Den Teig etwa 1 cm dick in eine heiße Pfanne geben, auf der Unterseite hellgelb backen, dann wenden. Eine Minute weitergaren und mit einer Gabel in Stücke zerreißen. Mandeln dazugeben und unter häufigem Wenden etwa 5 Minuten bräunen. Die Rosenblütenblätter und das Rosenwasser untermischen.

Dazu schmeckt eine Vanillecreme oder eine Kugel Vanilleeis.

## Ausgebackene Holunderblüten

**Zutaten:**

12-16 Holunderblütendolden  
Öl oder Butterschmalz zum Ausbacken

**Zutaten für den Teig:**

Je 50 g fein gemahlenes Dinkel-, Buchweizen- und Hirsemehl

3 dl (300 ml) Milch

Salz

abgeriebene Schale einer Zitrone

2 EL Holundergeist

2 Eigelb

2 steif geschlagene Eiweiss mit

1 EL Honig gesüßt

Aus den Zutaten einen Teig herstellen und 30 Minuten ruhen lassen. Dann das steif geschlagene Eiweiss unterheben. Holunderblüten in den Teig tauchen und ausbacken.

Dazu passt Apfelmus.





# Gesund und vital: Mit Molkosan® Vitality.

- Ihre Verdauung wird auf natürliche Weise unterstützt.
- Ihre Darmflora wird durch die L(+)-Milchsäure günstig beeinflusst.
- Erfrischendes Getränk dank Grüntee-Extrakt und Orangen-Aroma.

Pionier der Naturheilkunde  
– seit 1923

**NEU!**



Erhältlich in Drogerien, Apotheken und Reformhäusern.

**Molkosan® Vitality – für mehr Vitalität!**