



Matres Umweltservice - Christine Schöppe

Dorfstraße 38

37345 Silkerode

[www.matres-natur-erleben.de](http://www.matres-natur-erleben.de)

Tel.: 036072/81725

mobil: 0171 – 1 56 51 03

E-Mail: [info@matres-umweltservice.de](mailto:info@matres-umweltservice.de)

---

## Brennnesseln in Bierpanade

### Zutaten:

500 g Brennnesselblätter

250 g Mehl

Salz und Pfeffer

3 kleine Eier

Bier

Öl zum Frittieren

Die Brennnesseln gut waschen und auf einem Baumwolltuch abtropfen lassen, trocken tupfen. Mehl in eine Schüssel geben, mit dem Ei und so viel Bier verrühren, das ein geschmeidiger Teig, mit der Konsistenz von Pfannkuchenteig entsteht. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Öl in einer tiefen Pfanne oder in einer Fritteuse heiß werden lassen.

Brennnesselblätter in den Teig tunken und dann ausfrittieren. Heraus nehmen, auf einem Küchentuch abtropfen lassen.