

# Dinkelnudeln mit Kräutern



Rezept nach Hildegard von Bingen



## Rezept

Dinkelnudeln bissfest kochen und in zerlassener Butter mit fein gehackten Kräutern nach Wahl (z.B. Schafgarbe, Quendel, Salbei, Schnittlauch, Fenchelgrün, Löwenzahnblättern, Knoblauch) schwenken. Knoblauch und eine Prise Salz dazugeben.

## Hinweise

Kamutnudeln sind in ihrer Wertigkeit den Dinkelnudeln ebenbürtig. Bei den Kamutnudeln verhält es sich wie bei den Yang - Keksen, sie enthalten die Yang - Energie. Kamutnudeln sind im Reformhaus erhältlich und können beliebig abwechselnd oder anstelle der Dinkelnudeln verwendet werden.

© Heidemarie Wolf - Therapeutin für Naturheilméizin und spirituelles Heilen

Am Wassersprung 44/4  
A - 2361 Laxenburg

TreustraÙe 92/6/4/10  
A - 1200 Wien

Tel.: +43 664 4089485  
Email: [hw@heidemarie-wolf.at](mailto:hw@heidemarie-wolf.at)  
Internet: [www.heidemarie-wolf.at](http://www.heidemarie-wolf.at)