



Rezept

Holunderbeerkonfitüre

Möchte man aus Holunder etwas Leckeres zubereiten, sollte man nur voll ausgereifte Beeren verwenden und die Kerne entfernen, denn die sind in größeren Mengen giftig.

Hier ein Rezept aus dem Buch „Wildfrüchte – Sammeln & Verarbeiten zu Marmeladen und mehr“:

Man braucht: 1 kg Holunderbeeren, 600 g Gelierzucker 2:1, 5 g Zitronensäure, 3 cm Zimtstange, 200 ml Wasser

So geht's: Holunderbeeren von den Stielen trennen, waschen, gut abgetropft in einen Topf füllen und im Wasser weich kochen. Durch ein Sieb streichen. Mit Gelierzucker und der Zimtstange wieder zum Kochen bringen, 4 Min. sprudelnd aufkochen lassen – dabei rühren. Zimtstange herausnehmen. Gelierprobe machen, also einen Klecks Konfitüre auf einen Teller geben, kurz abkühlen lassen. Dann merkt man, ob die Konfitüre fest genug ist. Wenn ja, sofort in saubere, heiß ausgespülte Marmeladengläser füllen, fest verschließen und kopfüber zum Abkühlen hinstellen.

Buch :: Wildfrüchte

Wilde Brombeeren, Schlehen, Holunder, und auch viele „vergessene“ Wildfrüchte wie Esskastanie, Eberesche, Mahonie und Mehlbeere werden vorgestellt. Über 100 Rezepte.

Evemarie u. Frank Löser:

Wildfrüchte - Sammeln & Verarbeiten zu Marmeladen und mehr, Demmler Verlag 2016
ISBN: 978-3-910150-80-5, 8,95 €



fibz verlost 2x Buch
"Wildfrüchte - Sammeln
& Verarbeiten ..."!
Siehe S. 9!