genuss region
NIEDERBAYERN

Gänseblümchen Gelee

ZUTATEN

4 Handvoll Gänseblümchenblüten
600 ml Bio-Apfelsaft
1 Bio-Zitrone
200 g Gelierzucker 3:1

ZUBEREITUNG

Gänseblümchenblüten an einem trockenen, sonnigen Tag sammeln. Am besten hat es die letzten 48 Stunden nicht geregnet.

Blüten zusammen mit dem Apfelsaft in einem Topf geben und mindestens 12 Stunden durchziehen lassen.

Gänseblümchen-Sud abseihen und wieder in den Topf geben. Die Zitrone in Scheiben schneiden und ebenfalls in den Topf geben. Gelierzucker hinzufügen und nach Packungsanleitung kochen.

Gelierprobe machen und das heiße Gelee sofort in sterilisierte Gläser füllen.

Quelle: Miriam Dick, Projektleitung Genussregion Niederbayern und Kräuterpädagogin