

Rezepte aus dem Hessenpark



Holunderbeer-Konfitüre

Die Holunderbeeren mit einer Gabel von der Dolde streifen. Die Beeren abwägen. Auf ungefähr 500 Gramm Beeren kommt ein säuerlicher Apfel von etwa 150 Gramm. Den Apfel von Stiel und Kernhaus befreien, in kleine Stücke schneiden und zusammen mit den Beeren aufkochen. Wenn Äpfel und Beeren weich sind, zu dem Fruchtmus den Gelierzucker im Verhältnis 1:1 geben und 4 Minuten sprudelnd kochen. Danach in Gläser füllen. Die Holunderbeeren haben ganz feine Kerne. Wer die nicht mag, streicht die Masse vor dem Kochen mit Gelierzucker durch ein Sieb. Gewogen wird dann erst nach dem Durchstreichen. Aber Vorsicht: die Masse ist sehr farbintensiv!

Holunderbeersuppe

Gleiches Vorgehen wie bei der Konfitüre. Danach das Fruchtmus durch ein Sieb streichen. Etwas Stärkemehl mit Weiß- oder Rotwein anrühren und damit die Masse etwas andicken. Mit Zitrone, Zucker und Zimt abschmecken. Entweder pur mit einem Klecks Sahne oder als Fruchtsoße zu Grieß- oder Vanilleflammeri begeben.

Holunderbeersaft

Im Dampfsafter lassen sich die Holunderbeeren ganz einfach entsaften, dazu muss man die Beeren noch nicht mal von den Dolden zupfen. Einfach von den Dolden die dicken Stiele abschneiden. Dann die Beeren in den Dampfsafter geben und entsaften. Aus diesem Saft lässt sich Holundergelee herstellen. Wenn man dies machen will, ohne Zucker entsaften. Will man den Saft trinken, was pur, aber auch sehr gut in einem Gläschen Sekt schmeckt, kann man Zucker ganz nach Geschmack dazugeben. Auch hier schaden ein paar Apfelstückchen nicht dem guten Geschmack.