

Herumgekalbere

Sonnewirbel-Honig



Löwenzahn wird von Kühen sehr gerne gefressen. Auch uns schmecken die jungen Blätter im Salat sehr gut. Wenn Du es lieber süss magst, mach doch bald mal einen Spaziergang und pflücke Löwenzahnblüten. Du kannst aus ihnen einen feinen Brotaufstrich machen: Löwenzahnhonig.



Zutaten

- 2 Orangen unbehandelt
- 150g Löwenzahnblüten frisch gepflückt
- 1 kg Zucker
- 1 Liter Wasser

Zubereitung:

1. Die Orangen heiss abwaschen und ungeschält in 1cm grosse Scheiben schneiden und dann vierteln.
2. 1 Liter Wasser aufkochen.
3. Die Orangen zusammen mit den Löwenzahnblüten und dem Zucker in das kochende Wasser geben, und ca.20 Minuten unter ständigem Rühren köcheln lassen, bis die Masse eine honigartige Konsistenz hat.
4. Die Masse heiss in saubere Gläser füllen und verschliessen.

Tipp von Maja : Der Löwenzahnhonig eignet sich auch sehr gut zur Entschlackung. Hierzu einfach vor jedem Essen einen Teelöffel Löwenzahnhonig einnehmen.

(Quelle: Maja's Chrüterstübli, Fryberger Rösselerhof, Mandach. www.fryberger-roesslerhof.ch)