

Schwarzer Holunder - in lecker...

Sammelgut/Sammelzeit:

Die Blüten im Juni/Juli und die Beeren von September bis Oktober.

Standort:

Gerne auf nährstoff- und humusreichen Böden, also in feuchten Laub- und Mischwäldern, Waldränder, Gebüsch, Hecken und auch Hofräume.

Merkmale:

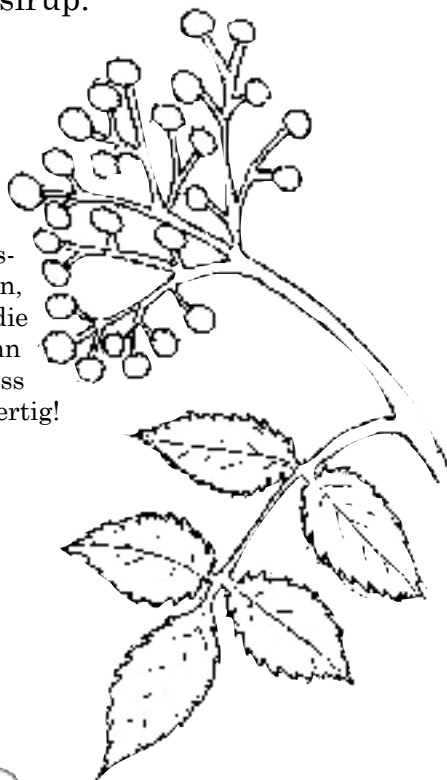
Der Holunderstrauch (*Sambucus Nigra*) ist 3-7 m hoch mit einer unangenehm riechenden Rinde. Seine Blätter sind unpaarig gefiedert, mit eiförmig-länglich fein gezähnten Blättern. Das Mark ist weiß.

Magenfahrplan - Holunderblütensirup:

- 3 kg Zucker
- 100 g Zitronensäure
- 2 Liter heißes Wasser
- 21 Blütendolden

Uns so macht man's:

Die 3 kg Zucker und 100 g Zitronensäure, am besten beides getrennt, in heißem Wasser auflösen und dann beides zusammen tun, dann alles abkühlen lassen. Zu guter Letzt die 21 Dolden (grob entstielt) dazu geben. Dann 24 Stunden stehen lassen und am Schluss durch ein Tuch abseihen und abfüllen. Feeertig!



Magenfahrplan - Fliederbeersaft

& Gelee:

- 5 kg Fliederbeeren
 - 4 Zitronen
 - 250 g Rohrzucker
 - 600 g Gelierzucker
 - 750 g Äpfel
 - 2 Päckchen Zitronensäure
- Aus den 5 kg Holunderbeeren wer-



den später ca. 1,5 Liter Holundersaft und 1,5 Liter Holundergelee.

Uns so macht man's:

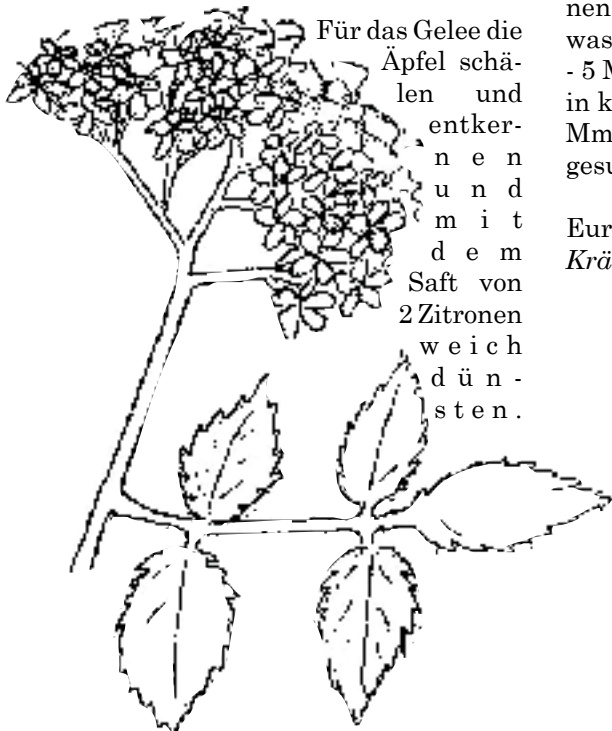
Die Beeren sorgfältig entstielen, waschen und dann ohne jegliche Zusätze kochen. Nach 3 - 4 Minuten, unter ständigem Rühren, von der Platte nehmen. Die Beeren wandern nun in die "Flotte Lotte". Ohne zu passieren, läuft eine Menge Saft in die 1. Schüssel. Dann wechseln auf eine 2. Schüssel und die Beeren quetschen, so entsteht ein dickflüssiges Mus für die Marmelade.

Die Äpfel mit dem Pürierstab zu Brei verarbeiten. Nun das Ganze zu dem dickflüssigen Holunderbrei geben. Dazu die ca. 600 g Gelierzucker und die 2 Pck. Zitronensäure geben. Nach 3 - 5 Minuten Kochzeit (bitte das Rühren nicht vergessen!) in die vorbereiteten Einmachgläser abfüllen. Gut zu drehen und die Gläser umdrehen, damit sie luftdicht verschließen!

Zum Saft:

250 g Rohrzucker und den Saft von den letzten Zitronen dazu (wie viele Zitronen das sind? Tja, nicht aufgepasst, was? Na dann rechne mal!) Alles ca. 3 - 5 Minuten aufkochen. Den Saft sofort in kleine Flaschen umfüllen. Mmmh... lecker und nebenbei noch SO gesund!

Eure
Kräuterhexe Eva



Für das Gelee die Äpfel schälen und entkernen und mit dem Saft von 2 Zitronen weich dünsten.

