kräuterschnecken

Rezept für Löwenzahn-Gelee von Monika Angerer

25. April 2020

„Wenn die Menschen das 'Unkraut' nicht nur ausreißen
sondern einfach aufessen würden,
wären sie es nicht nur los,
sondern würden auch noch gesund."

Johann Künzl

kräuterschnecken

ÜBERSCHRIFT

Die zertifizierte Kräuterpädagogin, Hauswirtschaftsmeisterin und Gartenbäuerin Monika Angerer erzählt uns: „Der Löwenzahn, lat. Taraxacum officinale ist ein „Allerweltskraut". Fast jeder kennt die leuchtend gelben Blüten, und die fluffigen Samenstände der „Pusteblume". Als Kinder haben wir mit den Blüten auf Steinen gemalt und mit der Pusteblume im Herbst diverse Spiele, wie z. B. „Engelchen und Teufelchen" gespielt. Der Löwenzahn kann jedoch einiges mehr und nur wenige wissen um die Kraft dieser Heilpflanze. So bringt sie jetzt im Frühling vor allem den Organismus in Schwung und die Bitterstoffe der Pflanze dienen unserem Körper bei jeder Stoffwechselkur. Eine einfache Möglichkeit ihn zu verarbeiten ist die Herstellung eines Löwenzahngelees. Der Geschmack wird euch überraschen, probiert es einfach aus

REZEPT FÜR LÖWENZAHNSIRUP:

Für mein Löwenzahngelee verwende ich die frischen Blüten vom Wiesenlöwenzahn. Hierbei ist es nicht notwendig, die einzelnen Blütenzungen auszuzupfen.

Ich nehme einfach die ganzen Blütenköpfchen. Diese lege ich mit dem Saft einer Biozitrone in Wasser ein (Verhältnis 1 Liter Wasser, 100 g Löwenzahnblüten) und koche das Ganze einmal kurz auf.

Nach einer Ziehzeit von ca. 12 Stunden seihe ich das Löwenzahnwasser ab und koche es mit Gelierzucker zu einem dicklichen Gelee ein.

In sterile Gläser abfüllen und fertig ist ein wunderbar frühlingshaftes Gelee! Aufgestrichen auf einem frischen, selbstgebackenen Brot oder als Verfeinerung des Müslis einfach ein Genuss und der Geschmack des ganzen Frühlings!

Viel Freude beim Ausprobieren wünscht Euch Eure zertifizierte Kräuterpädagogin

Monika Angerer

www.kräuterzauber.de