

JOHANNISBEER-ESSIG

Allns to sien Tiet

JOHANNISBEEREN

SAISON VON JULI BIS AUGUST

ZUTATEN FÜR 500 ML ESSIG:

- 300 G JOHANNISBEEREN, ROT
- 360 ML HELLER ESSIG (Z. B. WEIßWEINESSIG, WEIßER BALSAMICO)
- 180 ML ZUCKER
- 3 ZWEIGE MINZE

ZUBEREITUNG:

1. DIE JOHANNISBEEREN WASCHEN UND VOM STIEL ZUPFEN.
2. ESSIG MIT ZUCKER AUFKOCHEN, BIS DER ZUCKER SICH VOLLSTÄNDIG AUFGELÖST HAT.
3. JOHANNISBEEREN UND MINZZWEIGE HINZUGEBEN. FÜR 15 MINUTEN BEI MITTLERER HITZE KOCHEN LASSEN. GELEGENTLICH RÜHREN, DAMIT DIE BEEREN PLATZEN UND SAFT UND FARBE AN DEN ESSIG ABGEBEN.
4. MINZE HERAUSNEHMEN.
5. DEN JOHANNISBEER-ESSIG DURCH EIN FEINES SIEB FILTERN UND NOCH HEIß IN AUSGEKOCHTE FLASCHEN FÜLLEN.



MEHR INFOS UNTER WWW.ZEHN-NIEDERSACHSEN.DE/SAISONKALENDER

ZEHN
ZENTRUM FÜR
ERNÄHRUNG UND
HAUSWIRTSCHAFT
NIEDERSACHSEN

NIEDERSÄCHSISCHE
LANDJUGEND e.V.
nlj