

Apfelgelee mit Basilikum

Zutaten für 6 Gläser à 250 ml:

- 300 g Äpfel
- 7 Blätter Basilikum
- 1 Liter klarer Apfelsaft
- 500 g Gelierzucker (3:1)

Zubereitung:

1. Die Äpfel schälen, vierteln und entkernen. Äpfel grob raspeln und abwiegen.
2. Basilikumblätter waschen und trocken schütteln
3. Die geriebenen Äpfel in einem Topf mit dem Apfelsaft und dem Gelierzucker mischen. Die Masse unter Rühren zum Kochen bringen und 4 Minuten sprudelnd kochen lassen. Dabei weiter umrühren, damit die Früchte nicht ansetzen.
4. Die Gläser heiß auswaschen. Basilikum Blätter in Streifen schneiden und auf die Gläser verteilen.
5. Nach erfolgreicher Gelierprobe das Gelee sofort heiß in die Gläser füllen, verschließen und 5 Minuten umgedreht stehen lassen.



Basilikum:

- Hilft der Galle
- Nützt den Augen
- Erleichtert das Stillen
- Kann Schmerzen stillen
- Schützt die Zellen
- Beruhigt den Bauch
- Wirkt antibakteriell
- Enthält wertvolle Öle

RW 38

www.ehanuschke.de



Auf den Schrederwiesen 44

80995 München

☎ 089 14347312

Hofladen Öffnungszeiten:

Dienstag 14 – 18 Uhr

Donnerstag 14 – 18:30 Uhr

Freitag 14 – 18 Uhr

Samstag 9 – 13 Uhr

Bildquelle: www.sweet-family.de

Rezeptquelle: www.sweet-family.de