

Löwenzahn-Honig

Der Frühling naht. Rezept unseres Küchenchefs Markus von Känel.

Man nehme: 100 g Löwenzahnblüten aus ungedüngten Wiesen ohne die Hüllblätter, ½ l Wasser, 500 g Zucker.

Blütenkörbchen teilen und Blüten herausstreifen. Die äusseren, grünen Hüllblätter schmecken bitter, deshalb wegwerfen. Im Wasser 6 Minuten kochen, abseihen und ausdrücken. Den gewonnenen Saft während etwa einer Viertelstunde mit Zucker sprudelnd kochen, bis er Sirupdicke erreicht. Sofort in heisse Gläser abfüllen. Der Honig kristallisiert leicht, lässt sich jedoch im heissen Wasserbad wieder flüssig machen.

Löwenzahn-Honig mundet frisch gekocht am besten und sollte deshalb während des ganzen Jahres jeweils neu zubereitet werden. Dazu während der Löwenzahnblüte den Saft bereiten und in Halbliter-Behältern einfrieren. So kann später zu jedem beliebigen Zeitpunkt frischer Honig gekocht werden.



Für Honig eher ungeeignet:
«Söiblueme» am Strassenrand.