

Gänseblümchenhonig

Ca. 60Stk. Gänseblümchenköpfe

5dl Wasser

250g Zucker

Etwas Zitronensaft



Die Blütenköpfchen gut ausklopfen, damit die Krabbeltierchen rauskommen, evtl. waschen. In einer Pfanne mit dem Wasser aufkochen, 2-3 Stunden stehen lassen und danach absieben. Die Blümchen braucht es nicht mehr. Den Gänseblümchensud in die Pfanne zurückgeben und mit Zucker und Zitronensaft unter Rühren einkochen lassen, bis ein dickflüssiger Sirup entsteht. Dies dauert etwa 40 Minuten. Achtung: der Honig wird nach dem Abkühlen noch dicker. Er darf nicht dunkel sein, sonst wird er zäh. Den Honig noch heiss in kleine Gläschen abfüllen.

Tipp: Ist der Honig nach dem Abkühlen noch zu flüssig, nochmals einkochen lassen. Die Gänseblümchen können auch mit Löwenzahn- oder Waldveilchenblüten ersetzt werden.

Verwendung: Als Brotaufstrich oder zum süssen von Fruchtsalat, Müesli und Desserts.