

Theresa Baumgärtner  
Holunderblütengelee

Montag, 3. Juni 2019

**Dauer: mehr als 4 Stunden**  
**Schwierigkeitsgrad: einfach**  
**Grundrezept**

**Zutaten:**

8	Holunderblütendolden
1,5 l	Orangen-Direktsaft
1	Zitrone
2 kg	Gelierzucker 1:1



**Zubereitung:**

1. Die Holunderblütendolden frisch ernten. (Am besten zur Mittagszeit bei Sonnenschein, da sie dann das meiste Aroma entfalten.) Damit das Aroma erhalten bleibt, möglichst zeitnah nach der Ernte weiterverarbeiten.
2. Holunderblütendolden **vorsichtig ausklopfen bzw. schütteln, um sie von Schmutz oder kleinen Insekten zu befreien**. Ideal ist es die Dolden nicht zu waschen, da sonst der aromatische Blütenstaub verloren geht. (Beim Ernten schon darauf achten, dass keine Insekten in der Dolde sind.)
3. Dolden in eine Schale legen (nicht abrausen) und den Orangensaft angießen. Abgedeckt die Blütendolden 24 Stunden im Saft ziehen lassen.
4. Anschließend den Sud durch ein feines Sieb in einen hohen Topf gießen.
5. Von der Zitrone den Saft auspressen und mit dem Gelierzucker zum Sud geben. Alles aufkochen, dann 4 Minuten sprudelnd kochen.
6. Das heiße Gelee randvoll in vorbereitete heiß ausgespülte Gläser mit Schraubdeckel füllen und sofort verschließen. Die Gläser komplett auskühlen lassen.

Pro 100 g: 243 kcal / 1019 kJ, 59 g Kohlenhydrate, 1 g Eiweiß, 1 g Fett