

Zitronengelee mit Waldmeister

Rezept für 2 Gläser von je ca. 6 dl Inhalt

1 Tasse (von 2 dl Inhalt) **Waldmeisterblüten** in eine Schüssel geben. **3 ½ dl Zitronensaft**, abgeseiht, und **1 ½ dl Wasser** aufkochen, über die Blüten giessen und ca. 30 Min. ziehen lassen. Flüssigkeit in eine Pfanne absieben und mit **250 g Gelierzucker (2×Früchte, 1×Zucker)** unter Rühren aufkochen, ca. 3 Min. sprudelnd kochen, evtl. abschäumen. Nochmals **250 g Gelierzucker** begeben, unter Rühren ca. 3 Min. weiterkochen. Gelee siedend heiss bis knapp unter den Rand in die sauberen, vorgewärmten Gläser füllen, sofort verschliessen. Gläser zum Auskühlen auf einer isolierenden Unterlage auf den Kopf stellen.

Hinweise: Waldmeister nicht länger als 30 Min. ziehen lassen, damit die Blüten nicht zu viel vom Aromastoff (Cumarin) abgeben. Nur die im Rezept angegebene Menge auf einmal zubereiten.

Pro dl: 0 g Fett, 0 g Eiweiss, 47 g Kohlenhydrate, 830 kJ (198 kcal)