

HEIDELBEEREN IM ESSIGSUD

Dieses ist eines meiner Lieblingsrezepte, denn der süßsaure Essigsud harmoniert wunderbar mit dem Aroma der Heidelbeeren und holt das Beste aus ihnen heraus. Ich verwende wenn möglich kleine Waldheidel- oder Bickbeeren, Kulturheidelbeeren eignen sich aber ebenso.

4 Gläser (à etwa 300 ml)

1 Std. Ziehen + 30 Min. Einkochen

mindestens 6 Monate

Für den Sud (für alle Gläser)

300 g Rotweinessig
¼ TL schwarze Pfefferkörner
2 Wacholderbeeren
200 g Rohrohrzucker
10 g Salz

Für die Beerenmischung

500 g Heidelbeeren
2 rote Zwiebeln
2 Zweige Rosmarin

1 – Für den Sud alle Zutaten mit 200 g Wasser in einem Topf aufkochen und bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis sich der Zucker und das Salz vollständig aufgelöst haben. Den Topf von der Herdplatte ziehen und den Sud mindestens 1 Stunde ziehen lassen.

2 – Die Heidelbeeren verlesen, gründlich waschen und abtropfen lassen. Die Zwiebeln schälen und in dünne Streifen schneiden. Den Rosmarin waschen und trocken tupfen, die Zweige in kleine Stücke zupfen.

3 – Heidelbeeren, Zwiebelstreifen und Rosmarin in einer Schüssel mischen. Die Mischung in sterilisierte Gläser füllen.

4 – Den Sud durch ein Sieb in einen Krug gießen und die Heidelbeeren damit auffüllen. Die Gläser fest verschließen und die Beeren 30 Minuten bei 90 °C einkochen (s. S. 9–10).

KOMBITIPP

*Verfeinern Sie Burger
und Sandwiches mit diesen
Heidelbeeren – sie bringen
eine herrlich fruchtige
Note mit.*