

Essbarer Garten Kladow

Natur erleben und genießen

Aufstrich aus Japanischem Knöterich

- 1 kg Japanischer Knöterich
- 500 g Rohrohrzucker
- 1 ½ EL Johannisbrotkernmehl (bekommt man im Bioladen)
- 1 TL Zitronensäure

Knöterichstangen wie Spargel schälen. In 2 cm lange Stücke schneiden. In einen großen Topf geben. Etwas Wasser dazu geben. Zucker einrühren. Johannisbrotkernmehl mit etwas Wasser verrühren, in die Knöterichmasse einrühren. Alles ca. 10 Minuten weich kochen.

In einem Mixer geben und pürieren, alternativ einen Pürierstab benutzen. Wer es lieber stückig hat, lässt diesen Arbeitsschritt weg.

Jetzt die Masse in Gläser füllen, sofort verschließen. Die Gläser können im Kühlschrank aufbewahrt werden. Wenn der Aufstrich länger haltbar gemacht werden soll, muss er jetzt noch eingekocht werden.