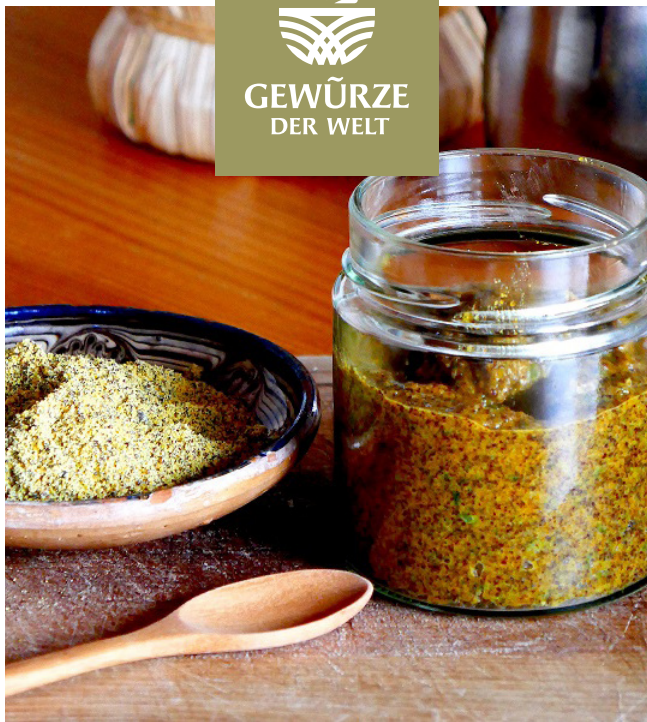




GEWÜRZE
DER WELT



Rezeptkarte N° 189

Senf selber machen - Der individuellste Senf der Welt

Zutaten

-  100 g Bio Senfsaat grün,
gemahlen
- 130 ml Apfelessig
- 40 ml Wasser
-  3 EL Rohrohrzucker oder
Honig
-  1 TL Meersalz
-  ½ TL Kurkuma
-  1 EL Bärlauch

Optional:

-  1 EL Estragon
-  1 EL Dillspitzen
-  1 EL Kräuter der Provence

Rezept

Essig und Wasser aufkochen und vollständig abkühlen lassen. Senfsaat, Salz, Zucker, Kurkuma und Bärlauch verrühren. Das abgekühlte (sehr wichtig, da der Senf sonst zu bitter wird) Essigwasser mit dem Senf verrühren. So viel Flüssigkeit hinzufügen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Den fertigen Senf in ein Schraubglas füllen, gut verschließen und in den Kühlschrank stellen. Mindestens 1 Woche ruhen lassen, damit sich die Aromen entfalten können und der Senf milder wird. Im Kühlschrank gelagert hält er mindestens 2 Monate.

Guten Appetit!