

Apfelessig mit Kapuzinerkresse und Honig



Zutaten:

- 0,7 l Apfelessig
- 50 ml (Streuobstapfelsaft)
- 2 Handvoll Kapuzinerkresseblätter (kleine Blätter)
- 10 Kapuzinerkresseblüten
- 1 EL Senfkörner
- 3 EL Honig (z.B. Schwarzwälder Tannenhonig)



Zubereitung

Die Kapuzinerkresseblätter waschen und in einem Sieb abtropfen lassen.

Die Blätter grob schneiden, mit den Blüten und Senfkörnern in ein (hohes) Glas geben und mit Honig bedecken. Abgedeckt 1 Stunde ziehen lassen, dann mit Essig und Apfelsaft auffüllen und verrühren.

Mit einem Tuch abdecken und mit einem Gummi fixieren. Anmerkung: so gelangen keine Essigfliegen in den Ansatz.

Den Ansatz einmal täglich verrühren.

7 Tage ziehen lassen, dann abseihen. Danach den Essig in 1-2 Flaschen abfüllen.

Tipp: der Essig verfeinert kräftige Salate wie Kartoffelsalat, rote Betesalat, Rettichsalat, Krautsalat oder Wurstsalat.