

Schlehe (*Prunus spinosa*)



Familie: Rosengewächse (Rosaceae)

Sammelzeit: Blüten von April bis Mai, Früchte von September bis Dezember.

Vorkommen: in Hecken an sonnigen und trockenen Standorten.

Geschmack: der Geschmack der Früchte ist sehr sauer, adstringierend. Nach dem ersten Frost verlieren die Früchte am Strauch etwas von ihrem herb-sauren Geschmack und können dann roh gegessen werden.

Kulinarische Verwendung: die Blüten bringen einen Mandel-Geschmack in Süßspeisen und Tees.

Die Früchte werden wie Oliven in Salzlake, dann in Öl eingelegt. Nach dem ersten Frost können sie zu Mus passiert werden, zu Herstellung von Aufstrichen und Kompott, aber auch von Säften und Spirituosen.

Inhaltsstoffe: Anthocyane, Gerbstoffe, Zucker, Vitamine C und Fruchtsäuren.

Kirsch-Schlehen-Punsch mit Amaretto

Für 4 Personen

400 ml Schlehensaft
400 ml Kirschsafft
200 ml Orangensaft
50 g Zucker
1 Vanilleschote
1 Sternanis
2 Zimtstangen
4 Gewürznelken
1 unbehandelte
Zitrone
125 ml Amaretto



Für den Schlehensaft, die Schlehen verlesen und waschen. Wenn sie nach dem ersten Frost gesammelt wurden, ist ihr Geschmack dann nicht mehr so herb, adstringierend und die fruchtige Note kommt noch mehr hervor. Die Schlehen mit Wasser in einem Topf zum Kochen bringen, zugedeckt 1-2 Tage ziehen lassen. Dann durch ein Tuch passieren.

Die Vanilleschote längs aufschlitzen, das Mark herausschaben und mit den Säften, Zucker, Nelken, Zimtstangen, Sternanis und den Zitronenschalen in einem Topf langsam erhitzen.

Bevor der Saft aufkocht, den Punsch vom Herd ziehen, den Amaretto einrühren und in Gläser einfüllen.