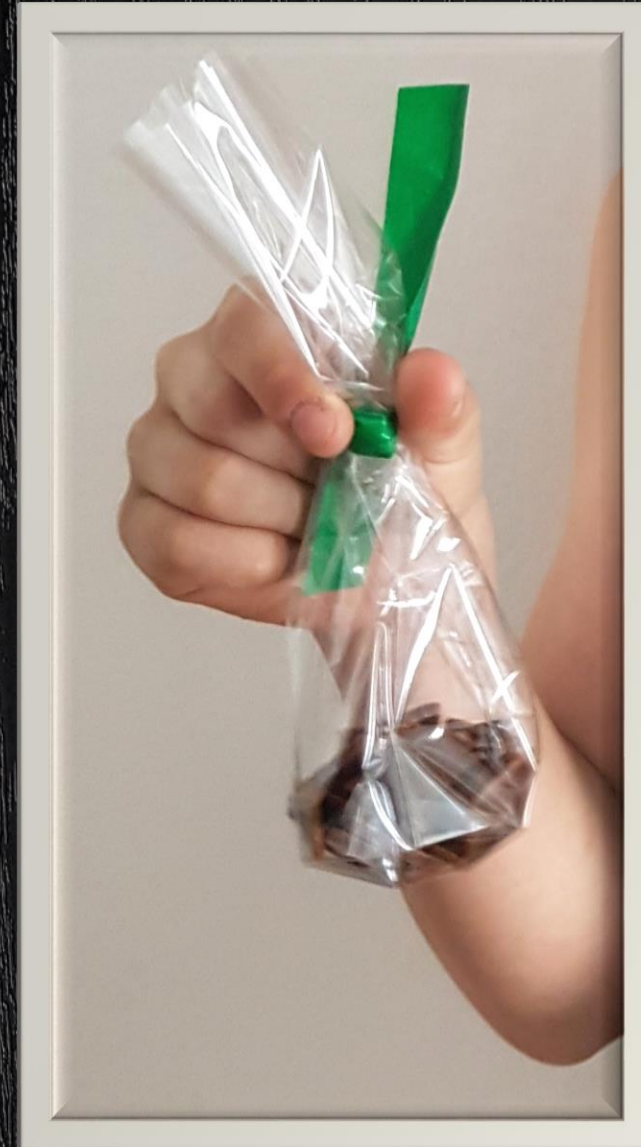


Michel stellt eigene Salbeibonbons her

Rezept entnommen aus: „Biologische Vielfalt“,
Herausgeber: Bundesministerium für Umwelt,
Naturschutz und Reaktorsicherheit

© Angelika Zachrai



das Rezept

Arbeitsblatt 5

Biologische Vielfalt

Hustenbonbons selbst gemacht!

Du brauchst: 

10 bis 15 Blättchen Salbei, zwei gehäufte Esslöffel braunen Zucker, einen Teelöffel Butter, einen Esslöffel Sahne

1. Schneide die Salbeiblättchen in möglichst kleine Stückchen und zerleibe sie.
2. Gib den Zucker und die Butter in den Topf, stelle die Kochplatte auf eine mittlere Temperatur und rühre. Nicht die Geduld verlieren!
3. Sobald der Zucker beginnt flüssig zu werden, stellst du die Kochplatte auf geringe Hitze zurück und rührst kräftig weiter!
4. Ist der gesamte Zucker flüssig geworden, nimmst du den Topf von der Kochplatte und gibst den Esslöffel Sahne dazu. Achtung: Das zischt ein wenig!
5. Stelle den Topf sofort wieder auf die Herdplatte zurück und rühre kräftig weiter!
6. Nach kurzer Zeit bildet sich eine zähflüssige Masse.
7. Rühre die Salbeiblättchen unter.
8. Gieße die Masse heiß auf das Backpapier. Das muss schnell geschehen, denn sonst erstarren dir deine Bonbons im Topf.
9. Lass die Bonbons ein paar Minuten abkühlen und schneide oder brich sie in kleine Stücke.



Tipp:

Sollen die Bonbons weicher sein, gib mehr Sahne dazu. Sollen sie härter sein, nimm weniger Sahne. Sind die Töpfe und Löffel verklebt? Kein Problem! Weiche die Arbeitsgeräte eine Weile in warmem Wasser ein – schon „löst“ sich das Problem von alleine!

Schon gewusst?

Du kannst Heilpflanzen gegen Husten auch anders zubereiten: als Tee, Saft, Sirup oder Honig. Welches der vielen Rezepte dir am besten hilft, musst du einfach ausprobieren! Es gibt Hustenhonig aus Meerrettich, Zwiebeln oder Huflattich, Sirup aus Spitzwegerich oder Rettich und vieles andere mehr.



Schritte 2 und 3



Schritte 2 und 3



Schritte 4 und 5



Schritte 6 bis 8



Schritt 9



und..., fertig sind die leckeren
und gesunden Bonbons...

