

Kräuterladen Hollerblüte

Kräuter-, Wildkräuter-, Wildobst-, Früchte- und Blütenrezepte

Kompott vom japanischen Knöterich mit Ananas und Ingwer

Zutaten:

1 Ananas
15 - 20 junge Knöterichstängel
25 g frischen Ingwer
150 g Orangenzucker
1/2 bis 1 Teelöffel Tonkabohnen-Zucker
500 ml Birnensaft
4 Esslöffel Bio-Maisstärke
1/4 Teelöffel Vanille, gemahlen

Zubereitung:

Die Ananas großzügig schälen, der Länge nach achteln, den harten Strunk heraus schneiden und die Spalten in ca. 3 mm dicke, mundgerechte Stücke schneiden.

Den Ingwer schälen und in ganz kleine Würfelchen schneiden.

Die Knöterichstiele waschen, abtrocknen und in ca. 3 mm dünne Scheiben (Ringe) schneiden (sonst muss man die Stängel schälen).

Den Orangenzucker mit dem Tonkabohnen-Zucker vermischen und in einen Topf geben. Vorsichtig hellbraun karamellisieren lassen.

Dann Ananas, japanischen Knöterich und Ingwer dazu geben und alles vermischen.

Mit 100 ml Birnensaft ablöschen.

Bei geringer Hitze 3 bis 5 Minuten kochen.

In der Zwischenzeit die Maisstärke mit der gemahlene Vanille vermischen, mit dem restlichen Birnensaft anrühren und hinzufügen.

Alles kurz aufkochen lassen, bis der Kompott ein wenig andickt.

Auf köstliche Weise Neophyten reduzieren!!!

Genießen Sie es!