

Rezepte mit Orangenschalen



Orangentonikum

Zutaten:

4-5 Bio-Orangen
4,5 dl Vodka 40%

Was braucht es?

1 Weckglas 5 dl

Zubereitung: 3 Wochen ziehen lassen; täglich einmal auf den Kopf drehen und wieder zurück

Das Tonikum ist süss-orangig, es eignet sich als Ergänzung zum Fruchtsalat.

Zubereitung: 6 bis 8 Wochen ziehen lassen; täglich einmal auf den Kopf drehen und wieder zurück

Das Tonikum ist bitter und eignet sich als Digestiv.

Zubereitung

Die Orangenschale dünn abschälen, je mehr von der weissen Haut mit dran ist, umso schneller wird das Tonikum bitter. Orangenschale in Weckglas füllen und mit Vodka auffüllen. Die Schalen sollten mit Vodka bedeckt sein.

Nach der «Ziehzeit» absieben und in Flaschen abfüllen,

Aus dem Ofen nehmen und auskühlen lassen, Zutaten, Datum und Hersteller anschreiben.

VERABOTANICA

Verena Stalder-Müller
Erwachsenenbildnerin SVEB

Orangen-Putzessig

Zutaten:

4-5 Bio-Orangen
4,5 dl Apfelessig

Was braucht es?

1 Weckglas 5 dl

Zubereitung: 6 bis 8 Wochen ziehen lassen; täglich einmal auf den Kopf drehen und wieder zurück

Der Essig eignet sich zum Reinigen von Fettrückständen.

Zubereitung

Die Orangenschale abschälen, in ein Weckglas füllen, und mit Apfelessig auffüllen bis die Orangenschalen mit dem Essig bedeckt sind.

Nach der «Ziehzeit» absieben und in Flaschen abfüllen, Zutaten und Herstellungsdatum anschreiben. Zum Putzen auf einen Lappen geben und die verschmutzten Flächen damit abreiben. Eventuell kurz einwirken lassen.

Orangen-Sterne

Zutaten:

4-5 Bio-Orangen

Was braucht es?

1 Ausstechförmchen Durchmesser ca. 1 cm

Zubereitung

Die Orangenschale dünn abschälen, Sterne ausstechen und bei 60° im Backofen trocknen lassen, bis sie gut durchgetrocknet sind, aus dem Ofen nehmen und auskühlen lassen. Danach in ein Glas abfüllen und aufbewahren.

Die Orangensterne eignen sich als Dekoration auf Gebäck, im Fruchtsalat oder in Teemischungen als feine Ergänzung, Abrundung von Teemischungen.

Bioorangenschale, schonend getrocknet ist sehr schmackhaft im Tee oder zum Essen,