



BIJGERECHT

NIEUW KEMPENS GOUD



Adelina — "Toen mijn man en ik de zolder leegmaakten van ons nieuwe appartement vonden we een doos met sentimentele spullen. We vonden het raar dat iemand dit zou achterlaten. In de doos zat een boek over geneeskrachtige kruiden uit België en Nederland. Dit boek veranderde mijn kijk op de wereld; ik leerde dat paardenbloemen een heilzame werking hebben op de blaas en nieren. Zo ontstond het Nieuw Kempens Goud."

Dankzij een toevallige vondst op zolder, ontdekte Adeline de geneeskrachtige werking van kruiden. Ze ging in de keuken aan de slag en creëerde met paardenbloemen deze unieke confituur die zowel zoet als hartig gegeten kan worden; het Nieuw Kempens Goud. Een confituur die bovendien je spijsvertering boost en zorgt voor een goede doorbloeding!

**500 gram paardenbloemen
geleisuiker
water/thee**

*Eventueel sap van
een sinaasappel*

Pluk in een weide of veld een bosje paardenbloemen. Tip; vermijd bloemen langs de weg wegens mogelijke verontreiniging door auto's. Pluk je paardenbloemen net onder het knopje en was ze grondig. Het groene gedeelte van de bloem heb je niet nodig; uitsluitend de gele bloemblaadjes. Je kan deze uittrekken of afsnijden.

Bereid nu je sap voor. In totaal heb je 1 liter sap nodig. Hiervoor kan je je eigen mix samenstellen bestaande uit water, thee en/of sinaasappelsap. Doe je mengsel in een pot en breng samen met de paardenbloemen aan de kook. Voor een intensere smaak kan je het mengsel een nachtje laten trekken.

Nadien heb je de keuze; verkies je confituur, dan kan je de blaadjes in de confituur laten. Heb je liever jam? Zeef het mengsel dan eerst door een doek. Voeg hierna de geleisuiker toe. De ratio 1 kg fruit op 500 gram suiker is voldoende zoet. Laat flink doorkoken en vul erna je glazen potjes.

Smakelijk!