

## Rezept

# Orangensülzchen mit Kardamom

Ein Rezept von Orangensülzchen mit Kardamom, am 09.06.2026

## Zutaten

- |  |                              |
|--|------------------------------|
| <b>6</b> grüne Kardamomkapseln   | <b>1</b> Zimtstange          |
| <b>60 g</b> Zucker   | <b>6</b> normale Orangen     |
| <b>4-5</b> Blutorangen   | <b>5 Blatt</b> rote Gelatine |
| <b>2-3 EL</b> Aperol (italienischer Bitteraperitif, ersatzweise alkoholfreier Bitteraperitif, z. B. Crodino) |                              |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** ZUTATEN für 4 Förmchen (je ca. 150 ml): | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 205 kcal

## Zubereitung

1. Kardamom in einem Mörser zerquetschen, die Zimtstange ebenfalls anquetschen und beides mit Zucker und  $\frac{1}{8}$  l Wasser in einem Topf unter Rühren zum Kochen bringen. Bei großer Hitze offen um die Hälfte einkochen lassen. Sirup 12 Std. durchziehen lassen (am besten über Nacht).
2. Von den normalen Orangen die Schale mit einem scharfen Messer so abschneiden, dass die darunterliegende weiße Haut mit entfernt wird. Die Fruchtfleets aus den Trennhäuten herausschneiden, dabei den ablaufenden Saft auffangen. Fruchtfleets in die Förmchen (oder in Tassen) schichten. Saft der Blutorangen auspressen, mit aufgefangenem Saft mischen (es sollten  $\frac{1}{4}$  l sein). Die Gelatine in kaltem Wasser nach Packungsangabe einweichen.
3. Den Gewürzsirup durch ein feines Sieb in einen Topf gießen und mit Orangensaft und Aperol erhitzen. Gelatine ausdrücken und im heißen Saft unter Rühren auflösen, dann in die Förmchen gießen. Abkühlen lassen, mit Frischhaltefolie abdecken und in 6 Std. im Kühlschrank fest werden lassen. Zum Stürzen die Sülzchen an den Rändern leicht mit einem Messer lösen, Förmchen kurz in heißes Wasser stellen, dann umdrehen. Zu den Sülzchen passt Vanillesauce.