

HANFBUTTER

Rezept aus Thurner, Heilender Hanf.
Kneipp Verlag 2018

ZUTATEN

75 g getrocknete Nutzhanfblüten
ohne Samen und Stiel, fein gemahlen
250 g Butterschmalz
125 ml Wasser

ZUBEREITUNG

- Die bei ca 100–110 °C getrockneten Nutzhanfblüten fein vermahlen.
- Das Butterschmalz verflüssigen und mit dem Wasser verrühren. Hanfblüten dazugeben und bei kleiner Hitze (max. 100 °C) gut 3 Stunden schwach köcheln. Immer wieder mal umrühren und bei Bedarf etwas Wasser nachgießen.
- Auskühlen lassen und durch ein sehr feines Sieb abgießen. Die Pflanzenteile gut ausdrücken und entsorgen.
- Die so gewonnene Butter über Nacht im Kühlschrank fest werden lassen. Dabei setzt sich unten etwas Wasser ab. Am nächsten Tag das eventuell überschüssige Wasser abgießen und die Hanfbutter nochmals kurz verflüssigen und erneut fest werden lassen.
- Hanfbutter hält sich einige Zeit im Kühlschrank oder kann auch tiefgefroren werden.



www.sugarandrose.org facebook.com/sugarandrose

Blog zu Backen & Rosen © by Maria Schuster