

# Fruchtige Gundermannspeise

## Zutaten:

- 1/2 Ltr. Orangensaft (oder Apfelsaft)
- 7 Gundermannstiele oder die entsprechende Menge Blätter
- 1 Vanillepuddingpulver zum Kochen
- 2 Essl. Zucker
- 1 Becher Vollmilchjogurt

## Zubereitung:

Einige Blüten und Blätter vom Gundermann zum Ganimieren beiseite legen  
Etwas Saft abnehmen und Puddingpulver und Zucker darin anrühren.  
Restlichen Saft mit dem Gundermann aufkochen und den Sud etwa  
10 Minuten ziehen lassen. Dann probieren, ob die gewünschte  
Geschmacksintensität erreicht ist und evtl. die Blätter noch etwas  
ziehen lassen oder herausnehmen. Saft wieder zum Kochen bringen,  
angerührtes Pulver dazugeben und 1 x aufkochen lassen.  
In eine Schüssel geben und kühl stellen.

Den Jogurt cremig rühren und unter den abgekühlten Pudding heben.

Gundermann harmoniert sehr gut mit Süßspeisen. Kombiniert mit dem fruchtigen Saft entsteht ein ungewöhnlicher, neuer Geschmack, den man durchaus für den einer unbekannteren, exotischen Frucht halten kann.

