

Gummibärchen

Selber machen

Gummibärchen sind beliebt. Es ist einfach Fruchtgummis selbst zu machen. Wer Kirschgummibärchen liebt macht nur Kirsche, wer lieber Himbeere mag, macht diese. Der Vorteil: keine Farbe bleibt in der Tüte übrig! Plastikmüll wird zusätzlich vermieden. Selbstgemachte Gummibärchen haben eine weichere Konsistenz, sind auch nicht so lange haltbar, dafür immer frisch!

Material:

- kleiner Topf
- Herd
- Schneebesen
- Formen für die Gummibärchen (Silikonpralinenformen, Eiswürfelformen oder Schokoladenpralinenverpackungen aus Kunststoff) oder eine Auflaufform
- ein Messer zum Schneiden der Gummibärchen
- 200 ml Flüssigkeit (Fruchtsaft, Sirup, Tee, Limo, ...)
- Sirup am besten 1:1 mit Wasser verdünnen, Tee evtl. süßen
- 1 - 2 EL Zitronensaft
- 2 Päckchen gemahlene Gelatine, alternativ auch Agar Agar
- evtl. 1 EL Zucker je nach Süße der Flüssigkeit
- Formen für die Gummibärchen

Dauer: ca. 10 Minuten in der Herstellung plus Kühlzeiten

Wie geht's?

1. Gelatine mit Fruchtsaft oder Wasser mit Sirup im Topf verrühren und etwas einweichen/ quellen lassen.
2. Zitronensaft und evtl. Zucker hinzugeben.
3. Unter ständigem Rühren vorsichtig erhitzen. Achtung! Nur kurz erhitzen, bis sich alles aufgelöst hat. Auf keinen Fall, kochen, denn durch zu viel Hitze wird die Gelatine zerstört und die Masse wird nicht fest!
4. Wenn alles aufgelöst ist, die Fruchtgummimasse in die vorbereiteten sauberen Formen füllen und ca. 2 Stunden auskühlen lassen. (evtl. in einen Kühlschrank stellen)
5. Feste Fruchtgummis/Gummibärchen aus der Form lösen und genießen!

Die Menge kann halbiert oder auch einfach verdoppelt werden, je nach Menge der vorhandenen Formen.

von: Julia Mokry, aus: „Gut genährt?! Infos - Tipps - Methoden. Werkbrief für die Landjugend“, © Landesstelle der Katholischen Landjugend Bayerns, München 2018. www.landjugendshop.de, In: Pfarrbriefservice.de