

# Süßen Senf selber machen



170	g	Senfkörner, gelb und braun
1	Prise	Nelkenpulver
120	g	Zucker, braun
1	EL	Honig
60	ml	Weinessig
100	ml	Wasser
1	Prise	Salz

- 1 Zunächst die Senfkörner in einer Mühle oder per Hand in einem Mörser fein mahlen.
- 2 Danach das Wasser (in der Mikrowelle, Wasserkocher oder im Topf) kurz aufkochen, über die grob gemahlten Senfkörner gießen, rund 10 Minuten ziehen und dann abkühlen lassen.
- 3 In der Zwischenzeit den Zucker in eine große Pfanne ohne Fett geben, die Pfanne langsam erwärmen und den Zucker - ohne Rühren - karamellisieren lassen.
- 4 Anschließend den karamellisierten Zucker mit dem Honig, dem Essig, einer Prise Salz und den Nelkenpulver unter die Senfkörner rühren.
- 5 Dann mit den Rührbesen einer Küchenmaschine für etwa 6-8 Minuten rühren, bis eine homogene Masse entsteht. Alternativ kann die Masse mit einem Pürierstab fein püriert werden.
- 6 Den fertigen Senf entweder gleich servieren oder in saubere Schraubgläser füllen, fest verschließen und für gut 2 Tage im Kühlschrank durchziehen lassen - so schmeckt dieser noch besser und intensiver.

Den Zucker gleichmäßig und dünn in einer trockenen, fettfreien Pfanne verteilen. Keineswegs umrühren, weil sich sonst die Zuckerschicht verändert, der Zucker anbrennt und bitter werden kann. Stattdessen die Pfanne auf der Herdplatte hin- und herschieben, bis er karamellisiert.

Die weißen Senfsamen schmecken mild und nur leicht scharf. Die braunen werden häufig in der indischen Küchen verwendet und sind ähnlich scharf wie die schwarzen. Letztere haben einen bitteren, scharfen Geschmack und werden beispielsweise für Dijon-Senf verarbeitet. Wird die Senfsaat in einer Mühle gemahlen, darauf achten, dass sie Senfsamen nicht zu heiß werden. Am besten in kurzen Intervallen mahlen und Pausen einlegen. Durch zu große Wärme entstehen Bitterstoffe im Senfmehl, die den Geschmack negativ beeinträchtigen.

Kühl und dunkel gelagert ist der süße Senf etwa 6-8 Wochen haltbar. Er passt zu Weißwurst, Leberkäse, gekochten Eiern und in Salatdressings, so wie für diesen Bayrischen Wurstsalat. Außerdem lässt er sich als Würzpasta auf einem rohem Schweinebraten verstreichen und verleiht ihm einen herrlichen Geschmack.