

Met-Rezepte

"Flotte Biene"

Zutat	Menge
Honig	1,2 kg
Wasser/Quell-Wasser	1 l
Apfelsaft (günstig)	3 l
Zimt-Stangen	2 Stk.
Turbo-Hefe	33 g

"Schädelspalter"

Zutat	Menge
Honig (der Gute)	1,5 kg
Apfelsaft (naturtrüb)	4,5 l
Turbo-Hefe	31 g

Küsten-Met

(Sanddorn-Variante)

Zutat	Menge
Honig	1,3kg
Wasser/Quell-Wasser	0,5l
Apfelsaft	3l
Sanddornbeeren mit Wasser aufkochen	0,5l
Weinhefe	23g