

## "Ich mach`s mir selber!": MET-REZEPT

Für alle, die ihren Met in Zukunft selber machen wollen gibt`s hier jetzt ein Rezept! Verbesserungsvorschläge werden natürlich gerne angenommen!

Das Rezept ist für 25 Liter, für kleinere / größere Mengen einfach umrechnen, das Verhältnis Wasser / Honig kann man je nach Geschmack natürlich ändern!

Man braucht:

- Gärballon 25 Liter (gibt`s gelegentlich günstig im Sperrmüll, in Weinhandlungen wird das teuer!), gebraucht zwischen 5 und 35 Euro
- Gäraufsatz / Gärröhrchen, am besten Raiffaisenmarkt (ca. 5 Euro)
- Pro Liter Met ein Glas naturtrüben Honig (übliche Größe) , je nach Geschmack auch mehr – austesten! Das schaut nachher zwar nicht aus wie der gekaufte weil unfiltriert, funktioniert aber angeblich besser! (Preis ???)
- Rohrzucker, eine Packung (500 g?)
- Gärhefe (für Portwein!) aus der Apotheke (Bad Kinzinger oder so ähnlich), muss meistens bestellt werden, ca. 2,50 Euro
- am besten mehrere größere Töpfe
- Trichter
- einiges an Zeit und einen Raum wo man den Gärballon in etwa bei Zimmertemperatur lagern kann
- zum abfüllen nach der Gärzeit empfiehlt sich ein dicker Schlauch zum ansaugen und ablaufen lassen – das Zeug stinkt und klebt ziemlich....

ANSETZEN:

- Honiggläser in einem Topf mit warmem Wasser warm machen, damit der Honig flüssig wird. Ein Topf wo 4 Gläser rein passen ist recht geschickt, dann muss man die Platte nicht immer ausdrehen und hat immer Honig-Nachschub (aber den Ablauf muss natürlich jeder für sich regeln...)
- wenn der Honig flüssig ist mit etwa halben Liter (s.o.) warmem Wasser zusammenschütten und unter rühren erwärmen (nicht kochen!), bis sich der Honig vollständig im Wasser gelöst hat! (Kleiner Tip: Fenster auf, sonst riecht nachher die Wohnung wie ein Bienenstock!)
- die Mischung in den Gärballon schütten, darauf achten, das nichts anderes im Ballon landet (immer abdecken, sonst sind Fliegen drin!)
- dieses Spiel so lange machen bis Ballon voll ist (und das dauert...)
- halbe Packung Rohrzucker reinwerfen, zumachen, Gärballon schwenken damit sich Zucker auflöst (andernfalls halt vorher mit in den Topf werfen...)
- Gärballon verschlossen hinstellen und abkühlen lassen (1-2 Tage), wenn halbwegs auf Zimmertemperatur das Fläschchen Gärhefe reinschütten (20 ml sind da drin glaub ich)
- Und jetzt warten

Etwa 8 Wochen das Gebräu stehen lassen, vielleicht gelegentlich mal schauen ob das auch schöne Bläschen macht (das soll so sein!!!), aber nicht groß dran manipulieren – wenn Dreck rein kommt war der ganze Aufwand umsonst! Nach einiger Zeit wird sich beim riechen ein leicht beissender, alkoholischer Geruch einstellen – das ist ok, auch wenn es nicht so riecht! Nach etwa acht Wochen wird die Bläschenbildung weniger, sobald diese (fast) ganz zum erliegen gekommen ist die zweite Hälfte des Rohrzuckers hineinwerfen und noch ein bis zwei Tage warten (evtl. etwas mehr Zucker – Geschmackssache).

## ABKOCHEN

Jetzt kommt der Spannende Teil:

- Met zumindest bis Flasche etwas leerer ist mit dem Schlauch ansaugen (nicht aussaugen!!!!) und in großen Topf / Töpfe füllen.
- die trübe und hefig riechende Brühe unter rühren LANSAM erwärmen
- VORSICHT: nicht gleich mehrere Töpfe gleichzeitig aufsetzen, man muss das Zeug gut im Auge haben!
- So lange erwärmen, bis das ganze klar wird (ganz klar wird es nicht!), keinesfalls kochen, sonst gibt's Honigwasser statt –wein!
- Probieren, aber immer (!) mit frischem Löffel (wg. Verkeimung), wenn halbwegs klar umfüllen und erkalten lassen
- Möglichkeit 1: in sauber gespülte Flaschen (Glas!!!), sofort zuschrauben und kalt werden lassen, ist beinahe vakuumverschlossen, hält sich lange (zumindest Wochen bis 3 Monate), hat den Nachteil, das sich wie beim Weizen Hefe absetzt, die man schlecht weg bekommt
- Möglichkeit 2: Kanister mit Ablauf, da lagert sich Hefe auf dem Grund ab, Met kommt beinahe sauber heraus; allerdings hohe Gefahr von Verschmutzung, dann kippt das gute Zeug und man findet Fliegen drin
- Möglichkeit 3: sofort trinken – führt allerdings zu übelsten Bauchkrämpfen und ist nicht zu empfehlen!

Jetzt heisst es noch mal etwa zwei bis drei Wochen warten!

Jetzt ist der Met fertig, man kann ihn kalt und warm trinken. Kalt ist allerdings die Gefahr, das man bei großen Mengen ebenfalls bereits erwähnte Bauchkrämpfe bekommt. (Es gibt wohl eine Möglichkeit, die Hefe komplett abzutöten, allerdings ist diese mir nicht bekannt! Wer was weiß: BITTE MELDEN!!!!)

Beim Ausschütten langsam und mit Gefühl vorgehen, dann bleibt die meiste Hefe in der Flasche.

Halbwegs filtern lässt sich die Hefe, indem man den Met durch bis 3 Lagen Geschirrtücher laufen lässt.

Beim Warmmachen genauso wie Glühwein nicht kochen, vor allem bei „jungem“ Met Vorsicht mit der Dosierung – auch hier sonst eventuell Bauchschmerzen!

Viel Spaß & Erfolg

Zombie

(c) by 'PlanetHeavyMetal'

URL : <http://www.planetheavymetal.de>

[Das Impressum finden Sie hier](#)