



Doris Kern  
Freche  
*Früchtchen*

Selbstgemachtes  
zum Riechen, Schmecken,  
Dekorieren

**VERLAG ANTON PUSTET**

# *Für Emma & Erich*

## **Impressum**

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation  
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische  
Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© 2022 Verlag Anton Pustet  
5020 Salzburg, Bergstraße 12  
Sämtliche Rechte vorbehalten.

Grafik, Satz und Produktion: Tanja Kühnel  
Lektorat: Beatrix Binder  
Druck: GRASPO CZ a.s.  
Gedruckt in der EU

ISBN 978-3-7025-1053-4

[www.pustet.at](http://www.pustet.at)

# Inhalt

Vorwort .....	12
Saisonkalender .....	18
<b>Apfel</b> .....	<b>20</b>
Geriebener Apfel .....	24
Apfelessig .....	26
Apfelbutter .....	28
Apfeldruck für hinreißende Taschen.....	30
Apfelöl.....	32
Apfel-Lippenbalsam.....	34
Apfel-Zimt-Handcreme.....	36
Apfelvasen .....	38
Apfelwickel .....	40
Gewürz-Apfelsirup .....	42
Apfelschalentee .....	44





<b>Birne</b>	<b>46</b>
Birnenlikör.....	50
Bärwurz-Birnhonig.....	52
Birnenmus.....	54



<b>Brombeere</b>	<b>56</b>
Weihnachtsgin.....	60
Brombeermarmelade.....	62
Süßsaure Brombeeren.....	64
Brombeerkranz.....	66



<b>Erdbeeren</b>	<b>68</b>
Erdbeer-Basilikum-Eis.....	72
Erdbeer-Glycerin.....	74
Duschgel.....	76
Erdbeer-Shampoo.....	78
Erdbeer-Shrub, Essigsirup der verzaubert.....	80
Fruchtiger Likör.....	82
Erdbeer-Mohn-Peeling.....	84
Walderdbeierzucker.....	86
Walderdbeermuffins.....	88
Waldbären, eine besondere Nascherei.....	90
Peelingmaske.....	92

<b>Hagebutten</b>	<b>94</b>
Hagebuttentee.....	98
Kandierte Hagebutten .....	100
Hagebuttenlikör .....	102
Hagebuttenhonig.....	104
Hagebuttenpulver .....	106
Hagebutten-Intensivöl.....	108
Hagebutten-Honigbalsam .....	110
Hagebutten-Teelichter.....	112
Hagebutten-Kürbis-Dekoration .....	114



<b>Heidelbeeren</b>	<b>116</b>
Heidelbeer-Balsamico.....	120
Heidelbeer-Senf.....	122
Anti-Aging-Oxymel.....	124
Heidelbeer-Glycerite .....	126
Heidelbeeröl.....	128
Heidelbeer-Lipgloss .....	130



<b>Himbeeren</b>	<b>132</b>
Himbeeressig.....	136
Himbeer-Vanille-Salz .....	138
Himbeer-Rosen-Elixier .....	140





Himbeer-Lippenbalsam .....	142
Himbeerlollies .....	144

**Kirschen 146**

Kirschlikör .....	150
Pflegende Kirschmaske .....	152
Tee aus Kirschstielen .....	154
Kirschkernkissen .....	156



**Marillen/Aprikosen 158**

Marillensenf .....	162
Marillen-Thymian-Limonade .....	164
Marillen-Fruchtleder .....	166
Marillen-Thymian-Marmelade .....	168
Marillen-Bodybutter .....	170
Teelichter aus Marillenkernen .....	172



**Ribiseln/Johannisbeeren 174**

Johannisbeer-Aloe-vera-Maske .....	178
Johannisbeer-Tinktur .....	180
Johannisbeer-Hyaluron-Pflege .....	182
Johannisbeeren-Rosmarin-Chutney .....	184
Dunkler Anti-Aging-Saft .....	186

<b>Weintrauben</b>	<b>188</b>
Traubengelee.....	192
Trauben-Nuss-Rumlikör .....	194
Trauben-Honig-Eis .....	196
Herzwein nach Hildegard von Bingen .....	198



<b>Zwetschken und Pflaumen</b>	<b>200</b>
Powidl das dunkle Gold .....	204
Zwetschken-Ketchup.....	206
Zwetschken-Sirup.....	208



<b>Zitrusfrüchte</b>	<b>210</b>
Orangen-Badetaler .....	214
Orangen-Teelichter.....	216
Orangeat/Aranzini.....	218
Zitronen-Minze-Mundwasser.....	220
Zitronenaroma.....	222
Zitronendeo .....	224



<b>Exoten</b>	<b>226</b>
Bananenbrot.....	228
Dünger aus Bananenschalen.....	230
Piña-Colada-Marmelade.....	232