

## **Bittere Apfelsinensauce**

– Pankreasdiät –

200 g Holunderblütengelee, passiert

½ TL Paprika rosenscharf

abgeriebene Schale von einer Apfelsine

abgeschälte Schale von einer Apfelsine, in feine Streifen geschnitten

0,1 l Portwein (eventuell kurz aufgekocht und wieder abgekühlt)

eventuell 1 Messerspitze Senf à la provencale

alles gut verrühren; zum Beispiel zu gekochtem Spargel servieren.