

Holunderblütensirup



Zutaten für ca. 1,5 Liter:

- 10 Holunderblütendolden
- 1 kg Zucker
- 2 Zitronen
- 1 Liter Wasser

Arbeitszeit: 30 Minuten **Zubereitungszeit:** 2 bis 3 Tage

Eiweiß: 0 g **Fett:** 0 g **Kohlenhydrate:** 15 g **Nährwert pro Portion (30 ml):** 60 kcal

Zubereitung:

Die zwei Zitronen auspressen und den Saft mit dem Zucker in das Wasser geben. Aufkochen, bis sich der ganze Zucker aufgelöst hat. Abkühlen lassen.

Anschließend die Holunderblütendolden (die Blüten müssen alle schön aufgeblüht sein) in das Zuckerwasser geben und zwei bis drei Tage abgedeckt ziehen lassen.

Mit einem feinen Sieb die Holunderblüten abseien, evtl alles nochmals durch ein Tuch klären und den Sirup anschließend nochmals gut aufkochen und sofort in vorbereitete Glasflaschen abfüllen, verschließen und ein paar Minuten auf den Kopf stellen.

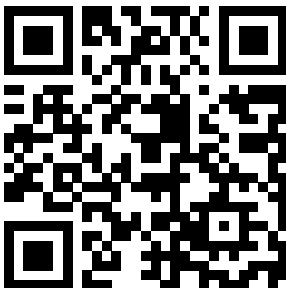
Tip:

Für ein Glas (250 ml) reicht ein Bodendecker Sirup (ca. 30 ml) und der Rest Sprudel - schmeckt schön erfrischend.

Auf der nächsten Party mal schnell einen „Hugo“ statt dem etwas angestaubten Sekt-Orange gereicht - kein Problem, wenn man Holunderblütensirup im Vorrat hat ;-)

Holunderblüten kann man auch wunderbar auf einem Familienausflug sammeln und anschließend gemeinsam verarbeiten. Gibt bei jedem Schluck ne schöne Erinnerung!

Von: Andreas
Kategorie: [Kochen und Backen](#)
Verfasst: 2018-06-21
Gelesen: 2208
Kommentare: 0



Wo komme ich zu diesem Blog-Beitrag? Einfach mit dem Smartphone den QR-Code scannen oder den Link in Deinen Browser eingeben...

<https://www.kitropolis.de/holunderbluetensirup>