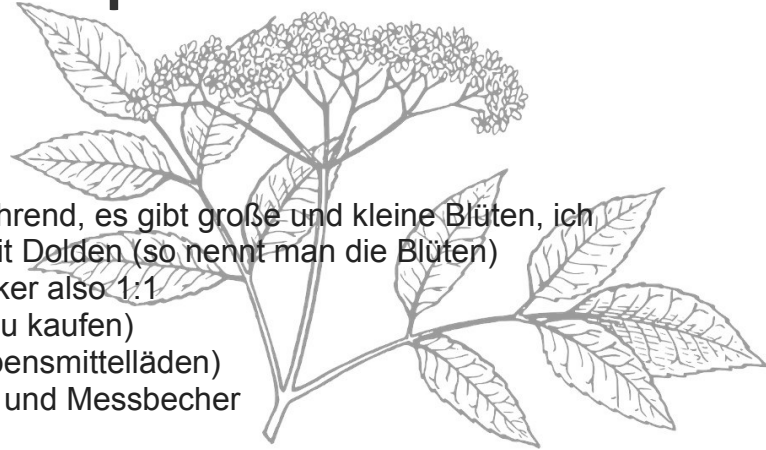


Holunderblütensirup

– die Limoalternative



Du brauchst

- x Holunderblüten (Zahlen finde ich irreführend, es gibt große und kleine Blüten, ich nehme einen 10 Liter Eimer halb voll mit Dolden (so nennt man die Blüten))
- x Zucker Für 1 Liter Wasser ein 1 kg Zucker also 1:1
- x Zitronensaft (gibt es in 0,75l Flaschen zu kaufen)
- x Zitronensäure (gibt es in türkischen Lebensmittelläden)
- x saubere (Glas-) Flaschen zum Abfüllen und Messbecher
- x großen Topf
- x sauberes Tuch & Sieb
- x Kochlöffel zum Rühren der Blüten – Zuckermischung
- x Zeit (1 Tag Ernte der Blüten und Ansatz des Sirup, 2 Tag Rühren und ziehen lassen, 3. Tag Entfernen der Dolden, abseihen (filtern des Sirup) und abfüllen)

Zubereitung

1. Tag. Ernte und Sirupansatz. Du erntest die reifen Holunderblüten.

Zu Hause angekommen breitest du die Blüten auf etwas Zeitung oder ähnliches für 30 Minuten aus, damit sich die kleinen Tierchen, die sich oft in den Blüten aufhalten aus dem Staub machen können. Bitte die Blüten nicht waschen, du würdest einen Teil des aromatischen Blütenstaubs wegpülen.

Die Mischung Macht's. Die Blüten fülle ich locker in einen lebensmittelechten Kunststoffeimer (ca. 10 Liter Fassungsvermögen) bis er zur Hälfte mit Blüten gefüllt ist. Du kannst aber auch einen großen Topf oder eine Rührschüssel nehmen. Halb voll machen mit Blüten und dann mit folgender Mischung soweit auffüllen, dass das Gefäß 3/4 gefüllt ist.

Auf die Blüten kommt eine Mischung aus Zucker und Flüssigkeit im Verhältnis 1:1. Das bedeutet auf ein Kilo Zucker kommt ein Kilo Flüssigkeit. Die Flüssigkeit besteht aus 800 ml Wasser und 200 ml Zitronensaft. Dieser Mischung gebe ich noch 15 gr Zitronensäure pro kg Zucker für eine längere Haltbarkeit dazu. Du kannst die Zutaten alle in den Eimer geben und durch das Rühren löst sich der Zucker langsam auf. Abends nochmal durchrühren und den Sirupansatz abdecken.

2. Tag. Warten und morgens und abends den Ansatz umrühren. Das war's.

3. Tag. Sirup Filtern und Abfüllen

Am Dritten Tag ist es endlich soweit. Die Blütenstengel werden aus dem Sirup gefischt und in einem Sieb abtropfen gelassen. Dann nimmst du ein sauberes Küchentuch und legst es doppelt gefaltet in das Sieb, es ist unser Filter für die kleinen Blüten und Tierchen, die wir nicht im Sirup haben wollen.

Ist der Sirup durchgelaufen erhitzt du ihn in im Topf bis er kocht. In der Zeit bis es kocht kannst du die Flaschen bereit stellen. Wenn du Weithalsflaschen benutzt, geht das Abfüllen mithilfe eines Messbecher schnell und einfach und du brauchst keinen Trichter.

Wichtig ist die Flaschen möglichst bis zum Rand zu füllen und schnell zu verschließen, damit keine Keime reinkommen. Das ist der schwierigste und gefährlichste Punkt - hier sind Erwachsene gefragt, um Unfälle und Verbrühungen zu vermeiden! Sirup & Flaschen sind echt heiß!!

Den Sirup gießt du mit kaltem Wasser oder Mineralwasser auf und frische Minze und eine Scheibe Zitrone geben den extra frische Kick.

