



# Holunderblütensirup

## Zutaten für 2 Liter Sirup

Wasser	1 Liter
Kristallzucker	1 kg
Zitronensäure	20 g
Holunderblüten   gross	20 - 25 Stk.

---

Menge:	2 Liter
Kochzeit:	3 bis 4 Min.
Ziehzeit:	24 h bis 3 Tage
Schwierigkeitsgrad:	Leicht
Haltbarkeit:	1 Jahr



## Zubereitung:

- 1.** Schneide die kleinen Blütendolden von den Stängeln ab. Das ist wichtig, denn die grösseren Stängel haben Bitterstoffe und von denen wollen wir natürlich keine in unserem Sirup. Koche anschliessend in einem Topf das Wasser zusammen mit dem Zucker auf. Hast Du das Zuckerwasser aufgeköcht, dann kannst Du jetzt die vorher schön abgetrennten Dolden in das heisse Wasser geben, kurz umrühren und dann mit einem Deckel abdecken. Jetzt müssen die Blüten mindestens 24 h in dem Zuckerwasser ziehen. Du kannst die Blüten aber auch bis zu 3 Tage bei Zimmertemperatur ziehen lassen.
- 2.** Sobald Du den Sirup lange genug hast ziehen lassen (je länger der Sirup zieht, desto intensiver wird natürlich der Holundergeschmack), kannst Du ihn in ein feuchtes Passiertuch giessen. Kleide dafür am besten ein Sieb mit dem Tuch aus und hänge ihn in einen grossen Topf. Nimm das Tuch dann in die Hand und wringe den Sirup gut aus. Koche nun den Sirup auf und lasse ihn 1 bis 2 Minuten sprudelnd kochen. Gib dann anschliessend noch die Zitronensäure dazu und rühre diese ein.
- 3.** Bereite in der Zwischenzeit die Sirupflaschen vor. Koche dafür Wasser auf und fülle die Flaschen bis zum Rand mit dem kochenden Wasser. Leere die Flaschen dann wieder aus und befülle diese dann mit dem fertigen Sirup. Am besten nimmst Du dafür einen Trichter zu Hilfe. Anschliessen die Flaschen sofort verschliessen, einmal auf den Kopf drehen so ca. 5 Minuten stehen lassen.

Aus dem fertigen Sirup kannst Du nun die unterschiedlichsten Rezepte machen! Wie wäre es z.B, mit einem sommerlichen Erdbeer-Holunder-Tiramisu, einem spritzigen, erfrischendem Hugo oder einer Erdbeerholunderkonfitüre! Selbstverständlich kannst Du den Sirup auch einfach mit Mineralwasser und ein paar Eiswürfeln oder in einem Tee geniessen! Wir haben noch ein paar weitere Rezepte mit dem köstlichen Holunder für Dich, an denen Du hoffentlich Freude hast! Probiere sie alle unbedingt aus!