

# Rezept des Monats *Juni*



## Holunderblütensirup

### Zutaten für ca. 1,5 Liter

- 1 kg Zucker
- 2 frische Bio-Zitronen
- 1 Liter Wasser
- Steril gereinigte Glasflaschen für ca. 1,5 liter Flüssigkeit



### Zubereitung

Das Rezept ist ein Grundrezept. Wenn man mehr Sirup möchte, einfach die Mengen multiplizieren. Aus diesem Grundrezept entstehen ca. 1,5 Liter fertiger Sirup. Beim „Holunderblüten-Pflücken“ darauf achten, dass sie vollreif sind. Die Blüten sollten sehr stark duften und geöffnet sein. Dann wird das Aroma einfach richtig intensiv. Zuhause die Blüten von den Stielen befreien, am besten gleich in einen sauberen Steinguttopf oder große Glasschüssel zupfen. Dann stellen wir einen Sirup her, indem Sie das Wasser mit dem Zucker gut aufkochen. Die Flüssigkeit darf ruhig etwas sprudelnd kochen, bis sich der Zucker vollständig aufgelöst hat. Etwas abkühlen lassen. Die Zitronen unter heißem Wasser abwaschen. Von einer Zitrone den Saft auspressen Die andere Zitrone in Scheiben schneiden. Nun gießen wir das lauwarme Zuckerwasser vorsichtig über die Holunderblüten und geben den Zitronensaft dazu. Die Zitronenscheiben oben auf die Holunderblüten legen, damit sie richtig in die Flüssigkeit gedrückt werden. Die Schüssel oder den Steinguttopf mit einem Teller, bzw. Deckel abdecken und diesen drei Tage bei Zimmertemperatur ziehen lassen. Gelegentlich umrühren und darauf achten, dass die Blüten mit der Flüssigkeit bedeckt bleiben. Nach drei Tagen den inzwischen herrlich duftenden Sirup durch ein Sieb gießen oder filtrieren.

Lassen Sie den Holunderblütensirup nochmals aufkochen. Für die bessere Haltbarkeit füllen Sie den Sirup noch heiß in gut gereinigte Glasflaschen und verschließen die Flaschen fest. Bewahren Sie die Flaschen in einem dunklen kühlen Raum auf. Ungeöffnet hält sich der Sirup etwa ein Jahr.

Der Holunderblütensirup lässt sich vielseitig einsetzen: Ganz einfach in Mineralwasser für eine erfrischende Limonade, in einem Glas Sekt, in der Bowle, und natürlich für Desserts wie Obstsalat oder Cremes.

Gutes Gelingen und einen guten Appetit wünscht **Horst Schmidt**