



# REZEPTIDEE

## HOLUNDERBLÜTEN-SIRUP

### SIE BRAUCHEN:

- \* ca. 10-15 Blütendolden  
Nach dem Pflücken ausschütteln und auf weissem Papier ausbreiten und einige Zeit liegen lassen, so werden die Dolden von Insekten befreit.
- \*\* ca. 10 - 20 g Zitronensäurepulver
- \*\*\* ca. 30 - 50 g SteviaIN powder
- 2 Liter Wasser

wir können Ihnen hier jeweils nur Richtwerte angeben, da die Zutaten ganz nach individuellem Geschmack verwendet werden können.

- \* je mehr Blüten sie verwenden, desto stärker wird natürlich der Holundergeschmack, mit der angegebenen Menge schmeckt es bereits sehr fein und deutlich nach Holunder
- \*\* lieber erst weniger verwenden und ggf. nachstreuen
- \*\*\* mit dem SteviaIN powder können Sie die Süsse ganz nach Ihrem Bedürfnis variieren und die Konzentration des Sirups beeinflussen.

**Am besten ist - einfach selber ausprobieren!**

### SO GEHT'S:

- Das Wasser aufkochen,
- die Zitronensäure darin auflösen,
- SteviaIN powder dazugeben
- alles gut durchrühren und abschmecken (evtl. nach Bedürfnis etwas nach Süssen)
- 
- Die Blütendolden in ein grosses Gefäss geben
- (gut geeignet ist ein grosses Einmachglas mit weiter Öffnung + Deckel oder ein Topf)
- nun das heisse Wasser darüber giessen
- mit Deckel verschliessen und kühl stellen (z.B. im Keller)
- **Täglich Schütteln**
- 
- Nach ca. 3-4 Tagen können Sie die Blüten abseihen
- (mit einem feinen Sieb oder durch ein sauberes Küchentuch giessen),
- evtl. noch einmal abschmecken und in saubere Flaschen abfüllen.

Da wir dieses Jahr unser erstes Sirup hergestellt haben, können wir zur Dauer der Haltbarkeit noch nichts Konkretes sagen. Von einigen Kunden haben wir erfahren, dass mit Stevia zubereitetes Sirup durch die Zitronensäure recht gut konserviert wird, also auf jeden Fall viele Monate haltbar ist.