

Holunderblüten Sirup

Bei diesem Rezept für Holunderblütensirup werden frisch vom Strauch geerntete gut aufgeblühte Holunderblütendolden zusammen mit frischen Zitronenscheiben und für die bessere Haltbarkeit und Unterstreichung des fruchtigen Geschmacks, zusätzlich noch mit 10 – 15 g Zitronensäure (erhältlich bei den Backzutaten im Supermarkt, oder in der Apotheke), Wasser und Zucker zu einem Holunderblüten Sirup zubereitet.

Den Hollunderblütensirup anschließend in sauber gespülte kleinere Flaschen mit Schraubverschluss, oder in etwas größere Marmeladengläser mit Schraubverschluss gefüllt, fest zugeschraubt und auf diese Weise für mindestens 1 Jahr bei kühler Lagerung im Keller oder Vorratsraum, für besondere Momente als kleiner Vorrat gelagert.

1 Teil Holunderblütensirup kann man mit 6 oder 7 Teilen Flüssigkeit (Mineralwasser oder Sekt) auffüllen und als erfrischendes Getränk servieren.

Auch das momentane Kultgetränk Hugo wird mit Hollunderblütensirup zubereitet. Hierzu einfach einen trockenen Prosecco oder Weißwein mit etwas Hollunderblütensirup, einem Spritzer Zitronen oder Limonensaft und etwas frischer Minze in einem Weinglas servieren. Ein paar Eiswürfel geben diesem leichten Sommercocktail mit Hollunderblütensirup den letzten Kick.

Zutaten: für knapp 2 Liter

Reichlich 1,1 Liter Wasser
1000 g feiner Zucker
3 unbehandelte Zitronen
2 – 3 Päckchen Zitronensäure
(á 5 g Inhalt)
15 – 20 frische Holunderblütendolden

Zubereitung:

Für die Zubereitung des **Hollunderblütensirups** frische, schön aufgeblühte Holunderblüten Dolden, welche möglichst bei trockenem sonnigen Wetter am späten Vormittag oder kurz nach dem Mittagessen geerntet werden sollten, über einem Stück Küchenkrepp kräftig ausschütteln, damit eventuell darin lebende Insekten ausgeschüttelt werden.

Anschließend jede einzelne Hollunderblüten Dolde kurz unter kaltem Wasser abspülen, trocken schütteln und auf Küchenkrepppapier zum Abtropfen legen.

Zitronen in warmem Wasser waschen, mit einem sauberen Tuch trocken reiben.
Zwei Zitronen in sehr dünne Scheiben schneiden und diese in einen großen Kochtopf einlegen.

Von der dritten Zitrone den Saft auspressen, und zu dem Hollunderblütensirup hinzu geben.
Holunderblüten so abzupfen, das soviel wie möglich von den grünen Stängeln entfernt wurden und über die Zitronenscheiben im Kochtopf ausbreiten.

2 – 3 Päckchen Zitronensäure darüber streuen.

In einem zweiten Kochtopf reichlich 1100 ml kaltes Wasser einfüllen.



www.mamas-rezepte.de

1 Kilo weißen Haushaltszucker ins Wasser einröhren und zusammen aufkochen.

Diesen heißen Zuckersirup über die Zitronen- Holunderblütenmischung gießen.

Mit einem Rührloßel gut umrühren und zugedeckt, den Hollunderblütensirup ein paar Stunden, oder über Nacht bei Zimmertemperatur durchziehen lassen.

Für die Fertigstellung des Holunderblütensirups:

Den Topfinhalt durch ein feines Sieb abgießen, eventuell zuvor dem groben Anteil an Zitronenscheiben und Holunderblütendolden mit der Hand ausdrücken und entsorgen.

Sollten jetzt im Fruchtsirup noch kleine Teilchen schwimmen, den ganzen Sirup nochmals abseihen. Dabei kann man ein Stück Küchenkrepppapier, einen Kaffeefilter, oder am Besten eine Baumwollwindel in das Sieb einlegen und den Sirup nach und nach durchfiltrieren.

Dabei ist es hilfreich wenn man das Papier, oder das Mulltuch mit beiden Händen immer wieder etwas hochhebt, dann fließt die Flüssigkeit besser ab.

Auch sollte man das Filterpapier ein paar Mal durch ein frisches Papier ersetzen.

Wenn diese Prozedur beendet ist, sollte man den Holunderblütensirup noch einmal aufkochen, in bereit stehende, sauber gespülte Flaschen oder Gläser einfüllen, fest zuschrauben und wie beim Kochen von Marmelade für 10 Minuten auf den Kopf stellen.

Dadurch bildet sich zwischen dem Deckel und dem Sirup ein luftleerer Raum, was zur besseren und längeren Haltbarkeit des Hollunderblütensirups beiträgt.

Erkalten lassen, mit Etiketten versehen und in einem kühleren Raum lagern.

Kalorienangaben

50 ml Holunderblütensirup enthalten ca. 90 kcal und 0 g Fett