Holunderblütensirup selber machen – so geht’s!

Bei uns Osttirolern wird das Herstellen von Lebensmitteln nicht nur in bäuerlichen Familien praktiziert. Eine Köstlichkeit, die in vielen Haushalten produziert wird, ist der Holunderblütensirup. Einen herrlich erfrischenden Holunderblütensirup herzustellen ist ganz einfach! Unser Rezept kann jeder zu Hause nachmachen!

Die Vorteile für die Zubereitung zu Hause liegen wohl auf der Hand:

- Du weißt, was du trinkst! Das kann man bei gekauften Sirupen nicht immer behaupten.
- Es ist günstiger als den Sirup zu kaufen.
- Es ist nur der natürliche Konservierungsstoff Zucker enthalten, keine künstlichen Konservierungsstoffe.
- Es ist gut für die Umwelt, da der kilometerlange Transport der Sirupflaschen wegfällt.
- Und um ganz ehrlich zu sein: Was gibt es Schöneres, als dir die Natur regelmäßig auf verschiedenste Art ins Haus zu holen und das ganze Jahr über zu genießen?

Von Anfang Juni bis Anfang Juli: Die Zeit ist reif

Jetzt gerade ist die Zeit reif zum Sammeln von Holunderblüten. Manche Wege sind wunderschön gesäumt mit den weißen Blüten, die einen einfach einladen, die köstlichsten Dinge zu kreieren.

Beim Ernten zu beachten:

Etwas ganz wichtiges vorab: du solltest die Blüten nicht nach Regen ernten. Am wertvollsten (vor allem geschmacklich) sind die Holunderblüten, wenn einige Tage sommerliches Wetter herrscht. Und die Blüten solltest du vor der Verwendung nicht waschen. Denn auch das beeinträchtigt den Geschmack. Des weiteren sollten die Holunderblüten aufgrund der Abgase auch nicht an einer hoch frequentierten Straße geerntet werden – besser an einem abseits gelegenen Ort!

Zutaten für den Holunderblütensirup:

(für ca. 5 Liter Holunderblütensirup)

30 Holunderblüten
2 Naturzitronen
1 Liter Wasser

2 Liter Wasser
3 kg Feinkristallzucker
80 g Zitronensäure

Zubereitung für den Holunderblütensirup:

Die ungewaschenen Holunderblüten und die gewaschenen, in Scheiben geschnittenen Zitronen gibst du in eine nicht zu weite Schüssel und übergießt das Ganze mit 1 Liter kaltem Wasser. Den Ansatz lässt du dann 24 Stunden stehen. (evtl. mit Frischhaltefolie bedecken, jedoch sollte die Luft ein wenig zirkulieren können.

Am nächsten Tag seihst du die Holunderblüten und Zitronen durch ein Baumwolltuch ab.
Zudem werden 2 Liter Wasser mit 3 kg Feinkristallzucker aufgekocht. Nach dem Aufkochen rührst du die Zitronensäure unter. Abschließend wird noch der abgeseiht Holunderblütenansatz beigemengt.

Den Sirup in Flaschen füllen und sofort luftdicht verschließen.

Lass ihn dir schmecken, deinen eigenen Holunderblütensirup
– ob als Erfrischungsgetränk mit Leitungs- oder Mineralwasser, im Sekt beigemengt oder etwa als Geschmacksträger bei verschiedenen Desserts!