

Kräuterladen Hollerblüte

Kräuter-, Wildkräuter-, Wildobst-, Früchte- und Blütenrezepte

Apfelminze-Sirup

Zutaten :

9 Stängel Apfelminze
250 ml Wasser
250 ml flüssigen Bio-Honig
1 Saft einer Bio-Zitrone oder Orange

Zubereitung:

Das Wasser in einem Topf erhitzen, kurz aufkochen, vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

Die Apfelminze waschen und trocken tupfen. Die Blütenspitze und die Blätter von den Stängeln zupfen, fein schneiden und mit dem Zitronen- oder Orangensaft in eine Flasche geben.

Den flüssigen Honig und das lauwarme Wasser darüber gießen.

Alles 3 Tage an ein Sonnenfenster stellen, dann abfiltern.

Der Sirup ist ca. 3 Wochen im Kühlschrank haltbar.

Der milde, erfrischend-minzige Apfelminze-Sirup ist sehr lecker und vielseitig verwendbar zum Aromatisieren von Getränken (mit Mineralwasser oder Sekt) oder Dessert.