



7-Kräuter-Sirup

Zutaten für den Kräutersirup:

1 Handvoll frische Kräuter (Salbei, Zitronenmelisse, Pfefferminze, Waldmeister, Lavendel, Thymian, Oregano, Brennnessel, Löwenzahn, Holunderblüten ...) hier sind der Phantasie keine Grenzen gesetzt.

500 ml Wasser

1 Zitrone

300 g Zucker

Das Wasser und der Zucker werden gemischt und gemeinsam zum Kochen gebracht. Die Zitrone wird in Scheiben geschnitten. Wenn der Sirup aufgeköcht hat, nimmt man ihn vom Herd, lässt ihn ein bisschen abkühlen und fügt die Zitronenscheiben und die frischen Kräuter hinzu.

Die Mischung lässt man 5 Tage in einem geschlossenen Glas an einem sonnigen Ort stehen. Danach wird der Sirup durch ein Tuch filtriert (ich seihe ihn auch noch durch einen Kaffeefilter) und nochmals aufgeköcht.

Den heißen Kräutersirup in Flaschen füllen und kühl und dunkel lagern. So hält der Kräutersirup viele Monate.

TIPP: An heißen Sommertagen kann man diesen Sirup mit Prosecco mischen, oder als Grundlage für eine Bowle verwenden.

