

Holunderblüten - Sirup und Holunderküchlein

Seine hübschen und duftenden Blüten zeigt Holunder etwa zwischen Mai und Juli. Die Blüten am besten an einem trockenen und sonnigen Tag ernten, dann haben sie das meiste Aroma.

Aus was:

- * 1,5 l Wasser
- * 1kg Zucker
- * 3 Bio-Zitronen
- * 25 Holunderblütendolden

Wie:

- * Wasser und Zucker in einem Topf zum Kochen bringen.
- * Zitronen waschen und in Scheiben schneiden. In das Zuckerwasser geben.
- * Die Holunderblüten trocken abschütteln. Achte gut darauf, dass keine kleinen Insekten in den Dolden sind!
- * Die Holunderdolden in ein Glasgefäß legen und mit dem Zuckerwasser übergießen.
- * Gut verschlossen und im Dunklen drei Tage stehen lassen.
- * Danach alles durch ein feines Tuch gießen (das nennt man abseihen).
- * Den Sirup noch einmal kurz aufkochen.
- * In saubere Flaschen oder Einmachglas füllen. Kühl und Dunkel gelagert, hält sich der Sirup bis zu 6 Monate.
- * Du kannst den Sirup in Sprudelwasser geben oder zu Vanilleeis oder Nachtisch (Quark, Joghurt, Vanillepudding) essen.

Alles Liebe und viel Freude beim Ausprobieren



Fotos: privat

Holunderküchlein

Die Holunderblüten haben ein feines Blumenaroma. Sie werden gerne für Süßspeisen verwendet. Eine einfache und zugleich sehr köstliche Variante sind in Teig gebackene Blüten – die sogenannten Holunderküchlein.

Aus was:

- * 1 Ei
- * 200 g Mehl
- * 0,5 l Milch
- * 100 g Zucker
- * 20 Holunderblütendolden
- * Butter zum Braten
- * Puderzucker

Wie:

- * Ei, Mehl, Milch und Zucker gut vermengen.
- * Die Dolden mit den Blüten in den Teig tunken.
- * In einer Pfanne mit viel Öl ausbacken. Anschließend auf einem Haushaltspapier abtropfen lassen.
- * Mit Puderzucker bestreuen und dann noch heiß essen.



Foto: privat

Die vielen kleinen Blüten der Holunderdolden sorgen für einen duftigen Geschmack der Küchlein. Foto: privat

♥ Tipp:

In Norddeutschland nennt man den Holunder auch Flieder. Aus den Beeren, die im Herbst zu ernten sind, kann man sehr leckeren und gesunden Fliederbeerensaft oder Holunderbeerensaft kochen.