

Rund um die Holunderblüte...

Gerade im Mai blüht der Holunder wunderschön – überall in der Landschaft sind momentan die Holundersträucher mit ihren weißen, großen süß duftenden Dolden zu sehen...



Für uns gehört der Geschmack von Holunderblüten einfach zum Mai dazu. Wie, ihr wisst nicht, wie Holunder schmeckt? Dann ab nach draußen zum Holunderblüten pflücken. Ihr findet die Sträucher am Waldrand und könnt sie kaum verfehlen.

Schneidet die Dolden am besten mit einem Messer oder einer Schere ab und denkt dran, am Strauch auch noch Dolden zu belassen. Über die Blüten freuen sich unzählige Käfer und die Beeren sind im Herbst ein Leckerbissen für eine Vielzahl von Vögeln.



Die Dolden bitte nicht waschen, sondern lediglich ein wenig schütteln vor dem Gebrauch.

Hier haben wir euch drei unterschiedliche Rezepte zusammengestellt. Viel Spaß beim Ausprobieren!!!

Wir starten mit dem Klassiker...

Holunderblüten-Sirup

Du brauchst dafür:

- 20 Holunderblüten
- 1 l Wasser
- 750 g Zucker
- 2 Bio-Zitronen

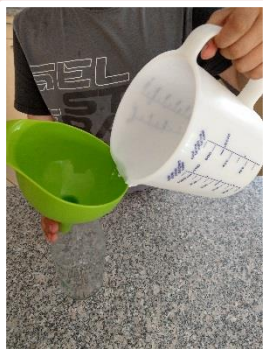


Zuerst werden die Zitronen in Scheiben geschnitten. Danach kannst du in einem großen Topf das Wasser, die Zitronen und den Zucker vermischen. Alles wird auf dem Herd aufgekocht, bis sich der Zucker im Wasser gelöst hat.



Jetzt kommen deine Holunderblütendolden in den Topf. Nun ist Warten angesagt: Die Blüten müssen jetzt 4 Tage in dem Sud ziehen.

Nach 4 Tagen kannst du mit Hilfe eines Siebes die Holunderblüten und die Zitronenscheiben absieben. Der Sirup wird einmal aufgekocht und in saubere Gläser abgefüllt. Fertig ist dein selbst gemachter Sirup!!!



Und solange Du auf den Sirup warten musst, kannst Du Dich an anderen Holunderleckereien erfreuen...

Holunderblüten-Wasser

Du brauchst dazu:

- eine Glasflasche mit breitem Hals
oder eine Glaskanne
- eine Flasche Mineralwasser
- 1 Holunderblütendolde
- 2 Zitronenscheiben



Fülle das Wasser in die Kanne ein und lege eine große Blütendolde hinein. Jetzt kommen die Zitronenscheiben dazu. Jetzt wandert die Mischung in den Kühlschrank – am besten über Nacht.
Am nächsten Tag durch ein Sieb ins Glas gießen und Dich vom zarten Holunderaroma erfrischen lassen!

Und nicht nur leckere Getränke lassen sich zaubern...

Holunderblüten-Brot

Dafür nimmst du:

- einige Brotscheiben
- Butter oder Margarine
- 2-3 Blütendolden vom Holunder

Für ein leckeres Holunderbrot sind als erstes die Brotscheiben mit Butter zu bestreichen. Schneide dann die groben Blütenstängel von der Dolde ab und gib nur die zarten Blüten auf das Butterbrot.
Und schon kannst du dich über den lecker-süßen Geschmack freuen!

**Wie wäre es, wenn du deine Eltern oder deinen
besten Freund/Freundin zum Holunderpicknick im Garten
oder auf dem Balkon einlädst?**