REZEPT FÜR INGWERSIRUP MIT ZITRONENGRAS

INGWERSIRUP MIT ZITRONENGRAS

Schwierigkeitsgrad: unkompliziert

für ca. 600 ml | 30 Min. | plus Abkühlzeit

Zutaten

- 1 großes Stück frische Ingwerwurzel (ca. 150 g)
- 4 Stangen Zitronengras
- 2 Zitronen (davon 1 Bio-Zitrone)
- 500 g SweetFamily Bio-Zucker

8035

ZUBEREITUNG

336	0	84	0
Kcal	Gramm	Gramm	Gramm
100 ml	Eiweiß	Kohlenhydrate	Fett

1. Ingwer schälen und in dünne Scheiben schneiden. Zitronengras putzen, längs halbieren, grob zerschneiden und mit einer breiten Messerklinge leicht andrücken. Bio-Zitrone heiß waschen, Schale mit einem Sparschäler sehr dünn abschälen. Beide Zitronen auspressen.

2. Zitronensaft mit Wasser auf 600 ml auffüllen. Flüssigkeit mit Ingwer und Zitronengras aufkochen und zugedeckt 5-8 Minuten köcheln lassen. Vom Herd nehmen, Zitronenschale zufügen, zugedeckt ca. 20 Minuten ziehen lassen und dann durch ein Sieb gießen. Reste im Sieb gut ausdrücken. 300 ml Ingwerflüssigkeit abmessen, mit Bio-Zucker unter gelegentlichem Rühren aufkochen und 2-3 Minuten sprudelnd kochen lassen.

3. Heißen Sirup sofort in saubere, heiß ausgespülte Flaschen füllen. Verschließen und abkühlen lassen. Nach dem Öffnen im Kühlschrank aufbewahren und zügig verbrauchen. Ungeöffnet ist der Sirup an einem kühlen, dunklen Ort mind. 4 Wochen haltbar.

Verwendungs-Tipps:

Im Winter: Aufgegossen mit heißem Wasser heizt der Sirup schön von innen ein.

Im Sommer: Eine leckere Limonade entsteht, wenn man 1 Teil Sirup mit ca. 6 Teilen gekühltem, stillen oder sprudelnden Mineralwasser auffüllt.