

JUGENDFARM-

ANLEITUNGSPOSTER

zum Jahresthema Wunder.Wald

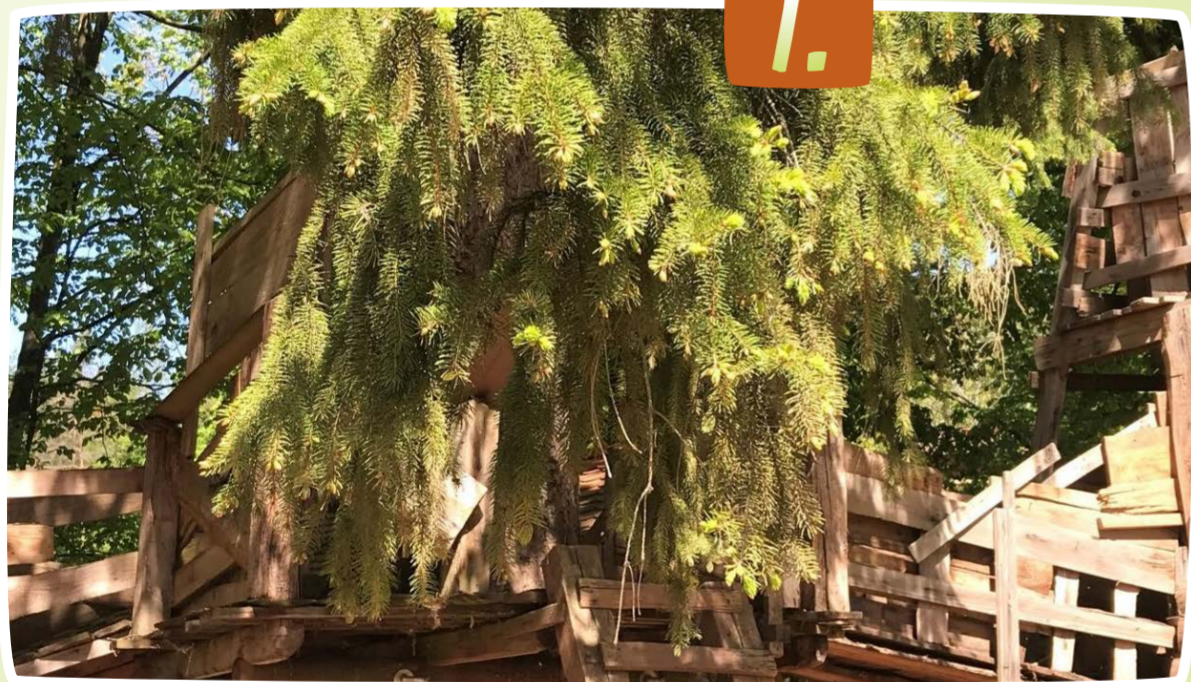
Selbstgemachter Maiwipferlsirup



Im Mai steht alles in voller Blüte, und der Sommer kommt auch noch. Ganz sicher kommen danach aber auch wieder der Herbst und Winter, kalte Tage und damit auch die eine oder andere Erkältung.

Mit dem Rezept für den Maiwipferlsirup könnt ihr euch super darauf vorbereiten.

So geht's!



1.

Sammeln:

Wenn ihr durch den Wald spaziert, seht ihr die jungen Triebe an den Fichten, die oft so niedrig hängen, dass ihr sie gut sammeln könnt. Es sind die hellgrünen Spitzen, die am Ende der Zweige sitzen.

Für 150 g Zucker (verwendet am besten einen Rohrzucker in Bioqualität) braucht ihr 75 g Fichtenspitzen.

Ansetzen:

Die hellgrünen Maiwipferl gut abwaschen, sodass sich keine Insekten oder Schmutz mehr daran befindet. Dann schichtet ihr sie abwechselnd mit dem Zucker in ein Glas mit Schraubverschluss. Die Maiwipferlschicht sollte dabei doppelt so hoch sein wie die Zuckerschicht. Die letzte Schicht muss Zucker sein.

2–3 Wochen warm und sonnig stehen lassen, bis sich ein Sirup gebildet hat. Dann durch ein Tuch filtern und den Sirup in dunkle Gläser abfüllen.



2.

3.



Fertig

Als Hustensirup wirkt er schleimlösend, wird aber auch gern für kulinarische Zwecke genutzt.