

Unsere leckeren Sommerrezepte

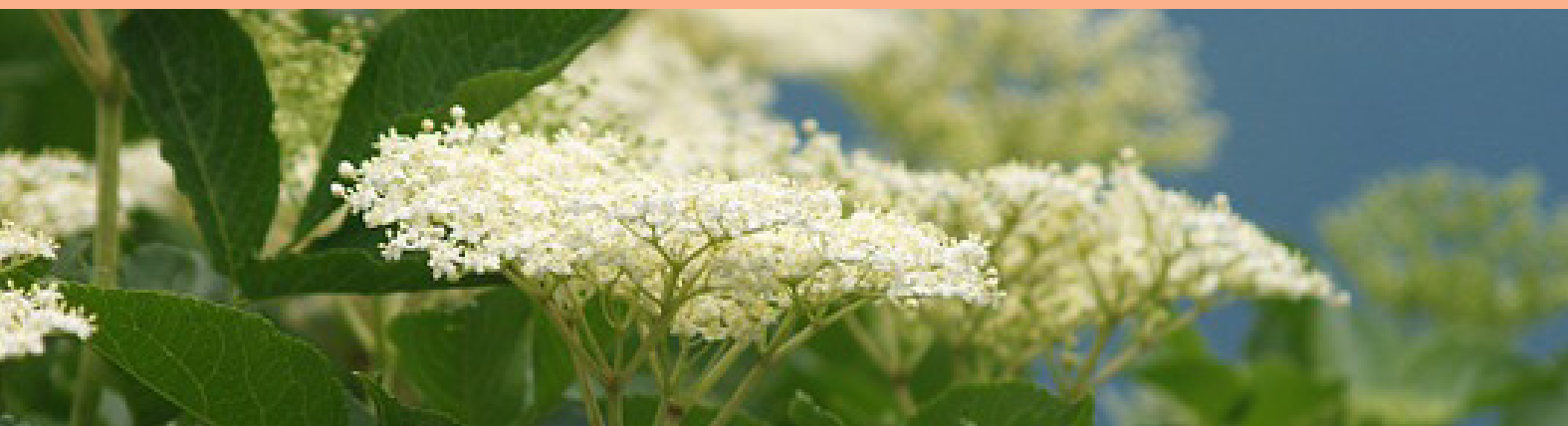
HOLUNDER EISKÜHL

Holunder wächst in vielen Gärten, aber auch an den Waldrändern. Holunderblüten sind daher eine sehr günstige Zutat. Wenn man im Mai/Juni die Blüten erntet, kann man daraus einen herrlichen Holunderblütensirup herstellen und diesen dann, vermengt mit kühlem Wasser, als Getränk den ganzen Sommer über geniessen. Oder man verarbeitet den Sirup zu köstlichem Glacé und scheucht damit eventuelle Sommerhitze in den Herbst.

Hier finden Sie das Holunderblüten-Sirup-Rezept, es ist ganz einfach. Probieren Sie es aus, es gelingt bestimmt. Selbstverständlich lassen sich die Glacés, das Granité und der Holunder-Schwips aus der folgenden Rezeptsammlung auch mit gekauftem Holunderblütensirup herstellen.

Die beiden Glacé-Varianten schmecken sehr unterschiedlich. Für das Joghurtglacé ist es von Vorteil, wenn man eine Eismaschine hat, für das Heidelbeer-Holunder-Sofortglacé brauchte es keine Eismaschine und das Glacé ist in wenigen Minuten fertig!

Ausprobieren und geniessen!



Noch ein wichtiger Tipp

Wer Glacé selber herstellt, ist gut beraten, auf die Hygiene bei der Herstellung zu achten. Da Glacé aus rohen, pürierten Zutaten hergestellt wird und durch das Aufschlagen und Abschaben eine grosse Oberfläche entsteht, ist es ein guter Nährboden für Bakterien. Ist das Glacé in der Tiefkühltruhe, können sich die Bakterien nicht vermehren, wohl aber, wenn man es zum Verzehr herausholt. Also das Glacé nicht an der Wärme herumstehen lassen. Auch beim Portionieren bitte auf Sauberkeit achten. Oft wird der Löffel in heisses Wasser getaucht, um anschliessend besser das Glacé portionieren zu können. Das ist zwar gescheit und richtig, aber wenn man das heisse Wasser stehen lässt und später noch einmal mit dem Portionierer darin eintaucht, kann man leicht Bakterien verbreiten.



GELINGT IMMER!

Holunderblüten-Orangen-Sirup

Zutaten

7-10 Holunderblütendolden (möglichst mit geöffneten Blüten)

1 kg Zucker

1 l kochendes Wasser

20 g Zitronensäure (aus der Apotheke oder der Drogerie)

4 Bio-Orangen

Grosses Gefäss mit Deckel

Flasche zum Abfüllen (heisses Wasser zum Vorwärmen der Flasche)

Trichter

Zubereitung

1.Schritt

Blütendolden ernten und vorsichtig ausschüteln, nicht waschen!

Die Blütendolden in ein Gefäss geben, den Zucker darüber streuen, die Zitronensäure begeben. Dann das kochende Wasser übergiesen. Rühren bis sich der Zucker gelöst hat.

Die Orangen heiss abspülen und in dünne Scheiben schneiden. Zu den Holunderblüten hinzufügen und darauf achten, dass alle Zutaten mit Flüssigkeit bedeckt sind. Gegebenfalls noch etwas kochendes Wasser begeben. Den Deckel auf das Gefäss montieren und bei Raumtemperatur 2-3 Tage ruhen lassen (im Kühlschrank mindestens 5 Tage). Immer mal wieder umrühren, damit sich der Zucker sicher löst.

2.Schritt

Sirup durch zwei Siebe oder einen Kaffeefilter giessen. Den Sirup ohne Orangenbestandteile in einen Topf geben und aufkochen. Saubere Flasche mit heissem Wasser auffüllen und so vorwärmen.

Den Sirup 5 Minuten köcheln lassen, dann das Wasser aus der Flasche leeren und sofort mit heissem Sirup abfüllen, Flasche verschliessen und abkühlen lassen.

Danach ist der Sirup mit Wasser verdünnt trinkfertig oder er wird für nachfolgende Glacé- und Apéro-Rezepte verwendet.

1 Holunder-Schwips

Zutaten

5 dl Sekt oder Champagner
zerstossenes Eis
5 Bio-Orangen
Holunderblüten-Orangen-Sirup

Zubereitung

Frischen Orangensaft aus vier Orangen pressen. Fünfte Orange heiss abspülen und in dünne Scheiben schneiden, beiseitestellen, wird dann die Deko. Whisky-Gläser zwei Finger breit mit zerstossenem Eis füllen. Mit je einem Esslöffel Holunderblüten-

Orangen-Sirup übergiessen, 2-3 cm Orangensaft dazugeben und mit kühlem Sekt oder Campagner auffüllen. Cheers!

Übrigens: wer keinen Alkohol möchte, kann statt dem Campagner oder Sekt auch Mineralwasser verwenden.

2 Holunder-Jogurt-Glacé

Zutaten

450 g griechischer Jogurt
2 dl Rahm
1 dl Holundersirup
50 g Zucker
1 EL Honig
1 EL Zitronensaft
Scheiben einer Bio-Orange zum Dekorieren

Zubereitung

Joghurt zusammen mit dem Rahm in eine Schüssel geben. Den Holundersirup, den Zucker, Zitronensaft und den Honig unterrühren. Alles für mindestens 30 Minuten in die kalte Eismaschine geben. Die erledigt den Rest.

Das fertige Glacé in Förmchen füllen, mit dünn geschnittenen Orangenscheiben dekorieren und gleich geniessen, oder im Tiefkühlschrank aufbewahren.



3 Holunder-Heidelbeer-Sofort-Glacé

Zutaten

300 g tiefgefrorene Heidelbeeren
1 dl Holunderblütensirup
3 dl Rahm (gekühlt)
90 g Zucker

Zubereitung

Die tiefgefrorenen Heidelbeeren zusammen mit dem Zucker und dem Holunderblütensirup in eine Küchenmaschine geben. Die Küchenmaschine einschalten und den gekühlten Rahm dazu giessen. Küchenmaschine abschalten, sobald sich eine homogene Masse ergibt.

Das Glacé kann sofort gegessen werden. En Guete!

4 Holunder-Granité

Zutaten

100 g Puderzucker
Saft einer Limette
1 dl Holunderblüten-Sirup
5 dl Sekt

Zubereitung

Limette auspressen und den Puderzucker im Limettensaft auflösen. Den Holundersirup begeben, alles gut vermischen, den Sekt zuführen und nochmals gut umrühren. Die Masse in eine flache Form geben und in den Tiefkühlschrank eisen lassen. Nach einer Stunde mit einer Gabel das Eis aufkratzen, so dass es kleine Körner/Kristalle gibt. Den Vorgang noch zweimal wiederholen, danach ist das Granité servierbereit.

Granité eignet sich hervorragend als Zwischengang bei einem grossen Menü oder als leichtes, frisches Dessert im Sommer.