

Holunderblüten nicht waschen

München (dpa) • Wer Holunderblüten in der Küche verarbeiten möchte, sollte sie am besten mittags und bei Sonnenschein pflücken. Dann sind die kleinen gelblich-weißen Blüten besonders aromatisch, wie der Provinzialverband Rheinischer Obst- und Gemüsebauern mitteilt. Außerdem sei es wichtig, die zarten Stängel mit Blüten – auch Dolden genannt – nicht zu waschen. Denn auch dabei verlieren sie an Geschmack. Um kleine Insekten oder Schmutz abzubekommen, werden die Dolden am besten vorsichtig ausgeschüttelt.

Sirup peppt Getränke und Desserts auf

Aus Holunderblüten lässt sich beispielsweise ein Sirup zum Aufpeppen von Getränken oder Desserts herstellen. Die Experten des Verbandes empfehlen, die Holunderblüten mit Zitronenscheiben, Zucker, Zitronensäure und kaltem Wasser in einen Topf zu geben. Das Ganze sollte ein bis zwei Tage an einem kühlen, dunklen Ort durchziehen.

Dann wird die Flüssigkeit aufgekocht und durch ein feines Sieb gegossen.