

HERBANOVA

Karin Van Loenhout

Paardenbloemsiroop

een verfrissende limonade

Je hebt nodig:

- 365 paardenbloemen, zonder steel
- 1 liter water
- 300 gram rietsuiker of honing
- 1 bio sinaasappel
- 1 bio citroen
- schone propere afsluitbare flesjes

Zo maak je het:

- Verwijder zorgvuldig alle groene delen
- Doe de bloemen in een pan, samen met het water, de al dan niet geschilde en in stukken gesneden sinaasappel en citroen. Laat dit aan de kook komen
- Neem de pan van het vuur en laat het mengsel een nacht afgedekt staan
- Zeef het mengsel en druk met de achterkant van een lepel zoveel mogelijk vocht uit de bloemen, de citroen en sinaasappel
- Zet nu het aftreksel op het vuur, samen met de suiker of honing en laat het geheel tot ongeveer de helft inkoken

De zo verkregen siroop in superschone flesjes doen en in op een koele, donkere plek bewaren.

Gebruik

Voor gebruik aanlengen met ijskoud water of gebruiken als siroop over yoghurt of ijs

