

Minze-Zitronensirup

Rezept von Meta Hiltebrand



Minze-Zitronensirup

Ergibt 1 Liter Sirup

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

Genussfertig: in ca. 40 Minuten

Pro Person:

357 g Kohlenhydrate, 8 g Eiweiss, 2 g Fett; 1425 kcal

Zutaten:

- 600 ml Wasser
- 300 g Zucker
- 150 g Minze
- 4 Zitronen (davon von einer Zitrone den Abrieb)

Zubereitung:

1. Minze waschen, trocken tupfen und zupfen, einen Zweig für die Einlage auf die Seite legen. Zitronen waschen, von einer die Schale abreiben, auf die Seite legen und den Rest der Zitronen in Scheiben schneiden.
2. Wasser und Zucker zusammen aufkochen, Minze und die Zitronenscheiben dazugeben und alles 30 Minuten ziehen lassen, immer wieder umrühren.
3. Mit dem Stabmixer kurz anmischen und durch ein feines Sieb passieren. In eine sterile Flasche füllen und 1 Minzezweig sowie den Abrieb der einen Zitrone dazugeben und kaltstellen. Kann für Drinks oder zum Auffüllen mit Wasser

verwendet werden.

Rezept von Meta Hildebrand. Der Download und Ausdruck sind nur für den privaten Gebrauch gestattet. Jede gewerbliche Nutzung oder Weiterverbreitung ist untersagt.