



Holunderblüte-kandierte Veilchen

Guglhupf herzallerliebst

DER WONNEMONAT MAI. GLÜCKLICH WER
JETZT MIT WACHEN SINNEN DURCH DIE
WELT SCHWEBT UND SEINE LIEBE TEILEN
KANN. NUR DEN LIEBEVOLL VERZIERTEN
GUGLHUPF, DEN MAG ICH LIEBER SELBER
ESSEN ;-)

Die zimmerwarme Butter mit den Eiern in einer Teigschüssel verrühren, den Zucker dazugeben und weiter rühren. Dann das Mehl und das Backpulver abwechselnd mit dem Holunderblütensirup sorgfältig unterrühren und die Masse zu einem glatten Teig verarbeiten. Die kandierte Veilchen im Mörser zerstoßen oder im Mixer klein zerhacken, unter den Teig geben und verrühren. 7 Minuten backen. Die abgekühlten Gugls mit Zuckerguss bestreichen und mit den Veilchen frühlinghaft verzieren.

Nonas Tipp: Selbstgemachter Holundersirup geht kinderleicht und ist das perfekte Muttertags-geschenk! Rezept auf der nächsten Seite.

3 Eier

125 g weiche Butter

100 g Zucker

100 ml Holunderblütensirup

250 g Mehl

1,5 TL Backpulver gestrichen

20 g kandierte Veilchen



Mamas Holundersirup

Die Qualität und die Heilkraft von Holundersirup entscheidet sich schon beim Sammeln der Blütenstengel: Wählen Sie abgelegene Plätze, möglichst weit von der Straße, am besten Sie sammeln an Waldlichtungen oder entlang von Feldwegen, Bächen und Seen. So gesund und erquickend wie Ihr ausgedehnter Spaziergang wird dann auch der Holundersirup!

Sammeln Sie reichlich, das Rezept lässt sich der Menge an Blütendolden anpassen. Eine große Schüssel voll, gut gepresst, ist wunderbar. Die Blüten nicht waschen, sonst verlieren sie das feine Aroma. Einfach mit kochendem Wasser in der Schüssel übergießen, nur so viel Flüssigkeit, dass die Blüten knapp bedeckt sind. Reiben Sie die Schale von unbehandelten Zitronen in den heißen Aufguss, ein paar Minuten ziehen lassen. Dann die Flüssigkeit mit einem feinen Sieb oder durch ein Leinentuch in einen großen Topf abgießen.

Geben Sie pro Liter Flüssigkeit ein halbes Kilo Zucker und den Saft einer Zitrone in den Topf. Je nach Geschmack lässt sich das Mengenverhältnis variieren, etwas süßer oder eher säuerlich abschmecken. Die Sirup-Mischung einige Minuten aufkochen lassen und kochend heiß in kleine Gläschen mit Schraub- oder Bügelverschluss abfüllen. Sie verlängern die Haltbarkeit des Sirups, wenn die Gläser vorab ausgekocht und noch ganz heiß befüllt werden, dann die Deckel schließen und den Sirup abkühlen lassen.

Schmeckt supergut mit Prosecco oder nur mit (Mineral-) Wasser verdünnt. Holunder hilft gegen Erkältungen und ist ein liebevolles Geschenk!

Pro einem Liter Sirup
benötigen Sie:

ca. 30 Holunderblütendolden

1 unbehandelte Zitrone

0,5 kg Rohrzucker (oder
Rohrohrzucker)

jeweils 4 Gläschen mit 0,25
Liter