

Maiwipfal Sirup von Oma

ZUTATEN

Einmachglas
Maiwipfal
Zucker

ZUBEREITUNG

In ein großes Einmachglas schichtweise Maiwipfal und Zucker geben (jeweils ca. 3 cm), gut nach unten pressen. Mit einer Zuckerschicht abschließen. An einem hellen und warmen Ort stehen lassen, bis sich der Zucker komplett aufgelöst hat. Abseihen und in dunkle Flaschen abfüllen.

Hilft bei Erkältungen der oberen Atemwege. Zudem eine raffinierte Zutat in der Küche, die Gerichten und Getränken einen köstlichen Waldgeschmack verleiht.

Beim Sammeln mit Umsicht vorgehen und nur einzelne Wipfal von Seitenästen größerer Bäume entnehmen! Besonders sei auf die Verwechslungsmöglichkeit mit der giftigen Eibe hingewiesen. Die wichtigste Sammelregel besagt: Nur sammeln, was zu 100 Prozent sicher bestimmt werden kann.

Quelle: Miriam Dick, Kräuterpädagogin und Projektleitung Genussregion Niederbayern

