

## Heidelbeersirup







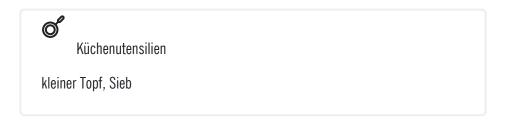


## Zutaten

für 4 Portionen

Heidelbeeren, frisc	h 300 g
Zitronen	1 St.
Wasser	200 m
Brauner Zucker	150 g
Vanille Zucker	0.5 Päckchen

## Zubereitung



- 1. Heidelbeeren waschen. Zitrone halbieren und Saft auspressen. In einem Topf Wasser und Heidelbeeren auf mittlerer Stufe aufkochen. Danach Hitze auf niedrige Stufe reduzieren und ca. 10 Min. ziehen lassen.
- 2. Heidelbeeren durch ein Sieb abgießen und Saft dabei auffangen. In einem Topf Saft mit Zitronensaft, Rohrzucker und Vanillinzucker auf mittlerer Stufe aufkochen und ca. 10 Min. köcheln lassen.
- 3. Heidelbeersirup in sterilisierte Gläser oder Flaschen abfüllen und sofort verschließen. Sirup bis zur Verwendung kühl und dunkel lagern.

Viel Freude beim Genießen!

Tipp: Den Heidelbeersirup kannst du für Getränke und Desserts verwenden.

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	199 kcal
Kohlenhydrate	52 g
Eiweiß	1 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	0 g