Rezept

Löwenzahnhonig

Ein Rezept von Löwenzahnhonig, am 04.06.2025

Zutaten

300 ml Löwenzahn -Blütenblätter

230 g Zucker

Rezeptinfos

Portionsgröße Ergibt 180 ml | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Haltbarkeit** Haltbarkeit: ca. 1 Jahr

Zubereitung

1. Die Löwenzahnblüten von allem Grün befreien. Es werden nur die gelben Blütenblätter verwendet. Die Blätter füllen sehr lose eine Tasse oder ein Glas mit 300 ml Fassungsvermögen.

2. Den Zucker mit 230 ml Wasser in einen Topf geben, erhitzen und unter Rühren auflösen. Die Mischung muss nicht kochen.

3. Die Löwenzahnblüten in ein Schraubglas mit mindestens 300 ml Inhalt geben und den Sirup darübergießen, sodass die Blüten bedeckt sind. Das Glas zudecken und die Mischung abkühlen lassen.

4. Das Glas in den Kühlschrank stellen und die Blütenblätter 3 Tage zugedeckt im Sirup ziehen lassen, während dieser Zeit ein- oder zweimal umrühren. Danach hat der Sirup eine gelbliche Farbe.

5. Nach 3 Tagen den Sirup durch ein feines Sieb gießen und die Blütenblätter im Sieb gut mit einem Löffel ausdrücken. Für einen ganz klaren Sirup das Ganze zusätzlich durch ein 4-lagiges Mulltuch filtern. Man erhält ca. 300 ml Sirup.

6. Den Sirup in einem kleinen Topf erhitzen und bei mittlerer Hitze in 10-15 Min. auf rund die Hälfte einkochen. Dabei wird die Farbe deutlich dunkler. Auf 150 ml eingekocht, erhält man ein zähflüssiges Ergebnis mit einer Konsistenz von Honig - ideal als Brotaufstrich. Kocht man ihn kürzer ein, bleibt der Löwenzahnhonig etwas flüssiger und kann auch als Sirup zum Beträufeln von Waffeln, Pancakes oder Eis verwendet werden.

7. Der Löwenzahnhonig hält sich in einem verschließbaren Glas ca. 6 Monate bei Zimmertemperatur. Im Kühlschrank gelagert hält er ca. 1 Jahr, wird aber in kaltem Zustand fester.