



# Süssholz-Sirup

Vor- und zubereiten: ca. 40 Min.  
ergibt ca. 5 dl

---

**6 dl Wasser**

**10 Süssholzwurzeln,  
in kleinen Stücken**

---

**300 g Zucker (siehe Tipps)**

**1.** Wasser aufkochen, Hitze reduzieren, Süssholz begeben, ca. 30 Min. auf die Hälfte einkochen. **2.** Flüssigkeit durch ein mit einem Tuch ausgelegtes Sieb giessen, in die Pfanne zurückgiessen. **3.** Zucker begeben, unter Rühren aufkochen, abschäumen. **4.** Siedend heiss bis knapp unter den Rand in eine saubere, vorgewärmte Flasche füllen, sofort verschliessen.

**Haltbarkeit:** kühl und dunkel ca. 6 Monate. Einmal geöffnet, die Flasche im Kühlschrank aufbewahren, rasch konsumieren.

**Servieren:** zum Süssen von Kräutertees oder mit heissem Wasser verdünnt.

## Tipps

- Dicke Wurzeln mit einem grossen Messer in Stücke schneiden.
- Statt weissem Zucker Rohzucker verwenden.

**Pro dl:** 0 g Fett, 0 g Eiweiss,  
65 g Kohlenhydrate, 1096 kJ (262 kcal)