METANORM®
DIE ZUKUNFT DES STOFFWECHSELS

Fichtenwipfel-Sirup

Zutaten für 4 Personen:

250g	Fichtenwipfel
500g	Rohrzucker
2	Thymianzweige

Zubereitung:

Die Fichtenwipfel von Schmutz befreien (nicht waschen!) und einen Teil in ein verschließbares Glas füllen.

Abwechselnd mit dem Rohrzucker schichten.
Die letzte Schicht muss aus Zucker bestehen.

Glas gut verschließen und einige Wochen in die Sonne stellen, bis sich Sirup daraus bildet. Diesen dann in dunkle Fläschchen abfüllen und im Herbst bei Erkältungen trinken.

Dein METANORM-Team