

## LIPOVÝ SIRUP

*Možností, z čeho si vyrobit svůj vlastní domácí sirup, je spousta. Nebojme se experimentovat, zvláště když příroda nabízí tolik možností. Sirup z lipového květu si můžete připravit z čerstvých květů, nebo klidně i sušených. Cukr vyměňte za nízkoenergetickou náhradu, která ale stále obsahuje fruktózu, která plní funkci konzervantu.*

*Květenství se sbírají celá, s blanitým jazykovitým listenem a to na počátku kvetení, tedy začátkem června!*

### Na sirup z lipového květu potřebujeme:

- 3 hrsti čerstvých lipových květů
- 75 g práškového sladidla FAN STARLINEA na bázi fruktózy a sukralózy
- 2 citrony
- lžička kyseliny citronové
- 2 litry vody

### Postup:

Do skleněné nádoby, mísy, vložíme nasbírané lipové květy a citrony pokrájené na kolečka. Vedle si mezitím ve 2 litrech vody rozpustíme práškové sladidlo **FAN STARLINEA** a kyselinu citronovou. Poté nalijeme na lipové květy, nádobu zakryjeme a necháme v chladu a temnu 2 dny stát. Nezapomeneme občas promíchat. Po 2 dnech macarát slijeme do nerezové nádoby a svaříme. Ještě teplý sirup přecedíme přes jemné sítko a plníme do sterilních láhví, zavíčkujeme.

Proces dokončíme sterilací - jednotlivé láhve obalíme novinovým papírem, a vložíme do většího a hlavně vysokého hrnce, které bude možné během sterilace přiklopit poklicí. Dno hrnce si vyložíme několika vrstvami novinového papíru a naplníme vodou asi do dvou třetin. Přiklopíme a pomalu zahříváme. V páře sterilujeme přibližně 20 minut. Poté necháme vychladnout, vyndáme, osušíme a uložíme na tmavém, chladnějším místě.

