



# Le sirop aux fleurs de sureau fait maison



Les enfants raffolent de sirop. Malheureusement, leurs arômes sont bien souvent artificiels. La bonne nouvelle, c'est qu'il est facile de préparer soi-même du sirop. Et c'est un réel plaisir lorsque l'on se fait aider par ses enfants. Vers la fin mai, le sureau commence à fleurir. L'aventure commence par une excursion au grand air pour récolter des fleurs de sureau en famille. Le reste se passe dans la cuisine.

#### Ingrédients:

10 à 15 ombelles de sureau (ne pas les rincer, mais vérifier qu'elles sont dépourvues de petits insectes)  
2 petits citrons bio  
500 g de sucre  
1 litre d'eau

#### Préparation:

Presser les citrons et couper le reste en rondelles. Porter l'eau et le sucre à ébullition, retirer du feu et ajouter le jus de citron et les morceaux d'écorce. Laisser refroidir. Ajouter les ombelles de sureau, recouvrir avec un linge de cuisine et laisser reposer à température ambiante pendant deux jours. Lorsque le sirop a pris son arôme, le filtrer à l'aide d'un linge de cuisine (ne pas presser les fleurs et les écorces de citron, mais bien les laisser égoutter).



Il existe deux possibilités pour la suite. La méthode classique consiste à conserver le sirop avec de l'acide citrique. Pour ce faire, ajouter 20 g d'acide citrique au sirop et porter le tout à ébullition, puis verser immédiatement le liquide dans des bouteilles propres munies d'un joint en caoutchouc. Fermer les bouteilles.

Étant donné que je préfère le sirop sans conservateur, j'ai développé une autre méthode, il y a quelques années. À la fin, je porte encore une fois brièvement le sirop à ébullition, puis je le verse dans des bouteilles lorsqu'il est encore chaud. Pour ce faire, j'utilise de petites bouteilles d'environ 200 ml munies d'un bouchon mécanique et d'un joint en caoutchouc. Après avoir rempli et fermé les bouteilles, je les stérilise au cuiseur à vapeur. Le sirop se conserve ainsi pendant neuf à douze mois. Une fois que vous avez entamé une bouteille, vous devez conserver le sirop au réfrigérateur et le consommer rapidement. Grâce aux bouteilles de petite taille - et à la soif insatiable des enfants - la courte durée de conservation du sirop ne pose pas problème.