

Ingwersirup



Ingwersirup

Für ca. 750 ml Sirup:

500 ml Wasser
250 g Zucker
150 g Ingwerwurzel
1 Zitrone



Ingwersirup

Du kannst den Ingwersirup sehr vielseitig für Dich nutzen.

Mit heißem Wasser übergossen wird ein leckerer Tee daraus und auch in der Kombination mit Honig schmeckt der Sirup sehr lecker.

Ingwer ist wärmend und stärkt Deine Organsysteme Milz und Magen, sodass Du mit viel Qi und Energie in den Tag starten kannst.

Genieße es und lass es Dlr gut gehen!



Den Ingwer schälen und in Stücke schneiden. Dann die Zitrone auspressen und mit Wasser in einem Topf für ca. 20 Minuten köcheln lassen. Anschließend den Ingwer abseihen und danach die Flüssigkeit mit Zucker aufkochen, bis sie sirupartig ist. Anschließend gibst Du alles in kleine Flaschen und verschließt diese luftdicht.