

# LÖWENZAHN-SIRUP nach Maria Treben



*Ein KRAFT-VOLLES Rezept – einfach zu machen und schmeckt einfach wunderbar!*

**4 Hand voll gelbe Löwenzahnblütenköpfe** (gesammelt in der Mittagssonne) in einen Kochtopf geben,  
**1 Liter kochendes Wasser** darüber leeren und zugedeckt über Nacht stehen lassen.  
Die Blüten am nächsten Tag abseihen.



In die zurückbleibende Flüssigkeit  
**1 kg Rohrzucker** und  
**½, in Scheiben geschnittene, ungespritzte Zitrone**  
(ohne Kerne, weil es sonst bitter wird) geben.

Den Topf auf der Herdplatte auf kleinster Flamme (damit die Vitamine nicht verloren gehen) dahinköcheln lassen, immer wieder umrühren, bis die Flüssigkeit eine Honig-ähnliche Konsistenz hat.  
Noch heiß in kleine, saubere Gläser abfüllen.



Schmeckt lecker, vor allem auf Butterbrot – ist gesund und auch im Winter eine gute Energiequelle.  
Und so einfach zu machen!

Lasst es euch schmecken! ☺

Übrigens: mehr Rezepte (kinderleicht zu machen) findet ihr in meinem Buch: [„Hexe Chiara und ihre Garten-Geheimnisse“](#).



*Der Löwenzahn – der Ginseng des Westens und  
der Meister des Heilens – DER MUNTERMACHER  
unter den Frühlingspflanzen!*

*Mit diesem Rezept holt ihr euch die Kraft in den Winter!  
Der Löwenzahn soll der Leber helfen, besser zu arbeiten – er soll die Galle fließen lassen und die Verdauung und den gesamten Organismus anregen – vor allem die Nieren.  
Der Löwenzahn ist DAS ersehnte Frühlingskraut und angeblich lindert er rheumatische Schmerzen und Hautleiden.  
Der Löwenzahn regt die Blutbildung an, belebt bei Müdigkeit und Antriebslosigkeit – das sagt zumindest die Volksheilkunde.*

*Ein einfaches, günstiges und gesundes Rezept – einfach zu machen.  
Und.... stärkt im Winter!*