



Attività proposta dalla lupetta Livia,
Branco Edelweiss
Sezione Agesci Gruppo Scout di Bonate sopra Bergamo, Italia

Sciroppo di Sambuco

Ingredienti per 1 L di sciroppo:

- 1 L acqua
- 1kg zucchero
- 2 limoni (naturali o bio)
- 10 infiorescenze di sambuco

Preparazione:

1. Far bollire l'acqua in una pentola capiente (di almeno 3L, perché poi lo zucchero raddoppia i volumi)
2. Aggiungere lo zucchero e mescolare bene
3. Lasciare raffreddare l'acqua tenendo coperta la pentola
4. Aggiungere i fiori di sambuco e i limoni lavati e tagliati
5. Coprire con un panno di stoffa e lasciare in infusione per 24 ore
6. Strizzare i limoni ed i fiori, poi filtrare lo sciroppo
7. Far bollire ancora per 2 minuti
8. Imbottigliare ancora caldo in bottiglie di vetro
9. Conservare al fresco



Buon lavoro. Salute!

Ciao da Livia

