

## FAITES UN DÉLICIEUX SIROP AUX FLEURS DE SUREAU NOIR.

De mai à juin, le sureau noir (*Sambucus nigra*) se couvre de milliers de petites fleurs blanc crème. Récoltez-en 24 grappes et secouez-les doucement pour faire tomber tous les insectes.



Dans une grande casserole, mettez les fleurs, sans tiges ni feuilles (elles ont mauvais goût), 2 kg de sucre, le jus de 3 citrons et 1 litre d'eau. Portez le tout à ébullition. Laissez le sirop reposer au frigo pendant 2 jours en remuant de temps en temps. Puis filtrez-le pour enlever les fleurs et versez-le dans de petites bouteilles en verre qui sont stérilisées à l'eau bouillante.

Ce sirop se conserve environ 1 an (si tu n'as pas tout bu avant !) à l'abri de la lu-

mière. Une fois la bouteille ouverte, il faut la garder au frigo.

