



Was Maiwipferl überhaupt sind, habe ich ja schon im Beitrag zum Maiwipferlsirup erläutert. Maiwipferl schmecken aber nicht nur phantastisch und sind ungemein vitaminreich - ihnen wohnt auch eine große Heilkraft inne, die wir in diesem Maiwipferlhustensaft für uns und unsere Kinder nutzen können. Der Hustensaft schmeckt sehr mild und waldig und wird von Kindern allgemein sehr gerne genommen. Für dieses Rezept gibt es keine Mengenangaben, denn der Hustensaft wird nach dem Schichtprinzip zubereitet: auf eine Schicht Zucker folgt eine Schicht Fichtentriebe und so weiter - je mehr Zucker und Triebe, desto mehr Saft. Zum Schichten eignen sich wunderbar diese riesigen Gurkengläser aus dem Bioladen: da meine Kinder Essiggurken lieben, habe ich davon immer einige zur Verfügung. Man kann aber natürlich auch jedes andere gut schließende Glasgefäß verwenden.

Zutaten

- Bio-Rohrohrzucker
- Fichtentriebe / Maiwipferl

Zubereitung

Erst einmal sammelt man so viele Maiwipferl, wie ungefähr in die zu füllenden Gläser passen werden. Bitte immer nur wenige Triebe von einem einzelnen Baum ernten - und immer mit Respekt und Dankbarkeit! Zuhause werden die Triebe grob geschnitten. Es funktioniert zwar auch ohne diesen Arbeitsschritt, aber je mehr Schnittstellen, desto mehr Saft zieht der Zucker aus den Fichtentrieben. Dann füllt man eine dünne Schicht Zucker in das gut gereinigte und trockene Glas. Darauf kommt die erste Schicht Maiwipferl, die wiederum mit einer dicken Schicht Zucker bestreut wird.

Diese Arbeitsschritte werden so lange wiederholt, bis das Glas voll ist. Auf die letzte Schicht Triebe kommt eine besonders dicke Schicht Zucker.

Dieses Glas wird nun so lange an einen hellen und warmen Ort (möglichst in die Sonne) gestellt, bis sich der Zucker komplett aufgelöst hat. Hin und wieder darf man das Glas gerne schütteln! Wie lange das dauert, hängt von dem Alter der Triebe und der Menge des Zuckers ab: allgemein wird es aber nicht länger als zwei Wochen dauern. Hat sich der Zucker komplett aufgelöst, wird der Hustensaft durch ein sauberes Moltontuch abgossen, in Flaschen abgefüllt und kühl und dunkel aufbewahrt.

Nachdem ich meinen Hustenkindern gerne auch nachts Hustensaft verabreiche, habe ich die Prozedur auch schon mit Birkenzucker (Xylit) versucht, um einen zahnschonenden Hustensaft herzustellen.

Allerdings entzieht der Birkenzucker den Fichtentrieben nicht den Saft in dem Maße, wie es gewöhnlicher Rübenzucker tut. Auch nach drei Wochen hatte sich der Birkenzucker nur teilweise aufgelöst und ich mußte etwas kochendes Wasser aufgießen (und immer wieder alles gut durchschütteln), um überhaupt einen Saft gewinnen zu können. Ich werde mich also in Zukunft an die Zuckervariante halten, wollte Euch aber die zuckerfreie Alternative nicht vorenthalten.

Angewendet werden beide Versionen des Maiwipferlhustensafte wie ein gewöhnlicher Hustensaft: also im akuten Krankheitsfall nach Bedarf einen Teelöffel direkt in den Mund geben. Selbstverständlich sollte man bei ernsthaften Erkrankungen immer den Rat eines Arztes einholen!