

# ORANGENSIRUP - SELBSTGEMACHT (GRUNDREZEPT)

Posted on 22. März 2018



Heute bekommt ihr von mir wieder mal ein einfaches Basic-Rezept für einen leckeren Orangensirup. Dieser dient bei uns als Grundlage für leckere und erfrischende Getränke, kann aber auch für andere Dinge zweckentfremdet werden. Zum Beispiel könnt ihr ihn zum aromatisieren von Teigen nehmen, zum tränken von Gebäck und als Zugabe in Süßspeisen oder Joghurt.



Der Orangensirup kann im Prinzip prima mit allen Orangensorten hergestellt werden. Besonders empfehlenswert sind natürlich Saftorangen, weil sie beim Auspressen sehr ergiebig sind. Ihr könnt auch verschiedenen Sorten miteinander mischen oder noch etwas Grapefruit- oder Mandarinsaft mit hinzugeben. So könnt ihr den Geschmack immer wieder etwas variieren oder auch einfach mit verbrauchen, was ihr da habt.

Diesmal habe ich den Orangensirup mit aromatischen Tarocco-Orangen (Halbblutorangen) und Moro-Orangen aus Sizilien gekocht. Tarocco-Orangen besitzen ein zartes Fruchtfleisch, das fast auf der Zunge zergeht und haben ein sehr ausgeglichenes Zucker-Säure-Verhältnis. Moro-Orangen wachsen oft an den Berghängen des Vulkans Ätna auf Sizilien. Sie sind etwas herber als die Tarocco-Orangen und haben einen sehr vollmundigen, aromatischen Saft. Der Vulkan sorgt für einen fruchtbaren Boden und ein spezielles Mikroklima, welches den Früchten besonders gut

bekommt. Denn damit sich die blutroten Pigmente bei diesen Orangen ausbilden können, sind große Temperaturunterschiede zwischen Tag und Nacht notwendig. Die rötlichen Pigmenten entstehen durch Anthozyane (sekundäre Pflanzenstoffe), die antioxidativ wirken. Diese Orangen können im Internet bezogen werden und finden sich zu dieser Jahreszeit auch häufig im Supermarkt. Aber mit "normalen" Orangen schmeckt dieser Sirup auch sehr lecker.

Das Rezept für den Orangensirup kann übrigens auch prima halbiert werden. An der Zubereitung ändert sich dann nur ein wenig, wenn ihr ihn mit dem Thermomix zubereitet. Dann verkürzt sich die Kochzeit nämlich um etwa 2-3 Minuten. Sonst bleibt alles beim alten. Hier findet ihr noch das Rezept für meinen [Himbeersirup](#), den meine Kinder ganz besonders gern mögen und hier weitere leckere [Rezepte mit Orangen...](#)

## Zutaten für den Orangensirup:

(Für etwa 1,4 l)

- 1 l Orangensaft, frisch gepresst. (Ich nahm Bio-Tarocco-Orangen.)
- 250-300 g Zucker (je nach Süße der Orangen)
- 150 g Gelierzucker 3:1
- 5 g Zitronensäure (1 Päckchen)
- Saft von einer großen Zitrone
- optional: Schale von 1 unbehandelten Orange

## Orangensirup zubereiten:

1. Falls Orangenschale mitverwendet wird: Die Schale von 1 Orange sehr dünn abschälen mit einem Sparschäler. Darauf achten, nur die orange Schale abzuschälen. (Der weiße Teile der Orangenschale schmeckt bitter.)
2. Alle Zutaten in einen Topf geben, gut miteinander vermengen und aufkochen.
3. Dabei hin und wieder umrühren. Für ca. 5 Minuten im offenen Topf sprudelnd weiter kochen und dabei ab und zu weiter umrühren.
4. Danach gegebenenfalls die Orangenschale entfernen bzw. "rausfischen". (Oder einfach durch in Sieb gießen.)
5. Anschließend den fertigen Orangensirup zügig in die sterilisierte oder heiß ausgespülte Flaschen füllen und den Deckel verschließen.
6. Ungeöffnet hält sich der Sirup mehrere Monate.

## Zubereitung im Thermomix®:

1. Falls Orangenschale mitverwendet wird: Die Schale von 1 Orange sehr dünn abschälen mit einem Sparschäler. Darauf achten, nur die orange Schale abzuschälen. (Der weiße Teile der Orangenschale schmeckt bitter.)
2. Alle Zutaten in den Mixtopf geben und für 10 Sek. /Stufe 3 linkslauf vermischen.
3. Für etwa 15-16 Minuten/ 100°C/ Stufe 1 linkslauf kochen. (Falls der Sirup anfängt überzukochen, auf 95°C reduzieren- bei mir ist es nicht passiert.)
4. Danach gegebenenfalls die Orangenschale entfernen bzw. "rausfischen". (Oder einfach durch in Sieb gießen.)
5. Anschließend den fertigen Orangensirup zügig in sterilisierte oder heiß ausgespülte Flaschen füllen und den Deckel verschließen.
6. Ungeöffnet hält sich der Sirup mehrere Monate.
7. Tipp: Das Rezept kann auch halbiert werden, dann verkürzt sich die Kochzeit im Thermomix eventuell um etwa 2-3 Minuten.



Viel Spaß beim Nachmachen!