Sirop de coquelicot

Ingrédients

- 100 g de pétales de coquelicot (cueillis dans un endroit non traité)
- 500 ml d'eau
- 500 g de sucre
- Le jus d'un citron (facultatif mais aide à la conservation et donne une jolie couleur)

Préparation

1. Cueillir les pétales : choisir des coquelicots bien ouverts, loin des routes ou des zones polluées. Retirer la base blanche (plus amère).
2. Faire une infusion : porter l'eau à ébullition, puis y plonger les pétales. Laisser infuser hors du feu pendant 2 à 3 heures (ou toute une nuit).
3. Filtrer l'infusion à l'aide d'un linge propre ou d'un chinois.
4. Ajouter le sucre et le jus de citron. Porter à ébullition en remuant jusqu'à complète dissolution.
5. Faire frémir 5 à 10 minutes jusqu'à obtention d'une texture sirupeuse.
6. Verser chaud dans une bouteille propre et stérilisée, fermer et conserver au frais.

S'éveiller naturellement