

# Hustenbonbons selbstgemacht

28. Februar 2016 von Arnold Achmüller [Schreibe einen Kommentar](#)

In den letzten Wochen hatte uns die Grippewelle fest im Griff. Unsere Tee und Hustensaftvorräte sind so gut wie aufgebraucht. Aus dem restlichen [Thymiansirup](#) haben wir Hustenbonbons gemacht.

Hustenbonbons werten jede Hausapotheke auf und sind einfach in der Herstellung. Ihr braucht dafür nur Zucker (alternativ auch Xylit/Birkenzucker), einen Kräutersirup eurer Wahl (am besten Thymian, Quendel, Primel, Königskerze oder Spitzwegerichsirup) und evt. etwas Honig, Propolis oder Ingwerpulver. Wir haben uns für dieses Rezept entschieden:

## Zutaten:

100 g Zucker

100 g Thymiansirup (das Rezept findet ihr [hier](#))

50 g Honig

Zuerst gibt man den Zucker in einen Topf und erhitzt diesen langsam. Man kann hier anfangs auch etwas Wasser (50 ml) hinzugeben, damit sich das Ganze nicht zu schnell erhitzt. Sobald der Zucker vollständig geschmolzen ist, gibt man langsam den Sirup und den Honig dazu (Vorsicht langsam hinzugeben, weil sonst kann das Ganze überkochen bzw. verpuffen kann – Verbrennungsgefahr!). Man lässt die Masse noch 10 Minuten leicht köcheln und nimmt sie dann vom Herd. Dann sollte der karamellisierte Sirup einige Minuten abkühlen. In dieser Zeit wird ein Backblech mit Butter eingefettet (oder ein Backpapier) und der Sirup dann noch flüssig darauf getropft. Sobald die Bonbons abgekühlt sind (min. 30 Minuten), bestreut man diese vor dem Herauslösen mit etwas Staubzucker, damit sie nicht verkleben.

Wie bereits erwähnt kann man mit den Inhaltsstoffen variieren. Probiert es einfach aus. Viel Spaß!

Und hier gibt's noch das Video dazu:

*Sharen mit:*

*Kategorie Rezepte*