

A¹/₂ SE ZIMA ZEPTÁ...

Pondělí, 29 duben 2024

A³/₄ se zima zeptá, jak moc jste byli pilní, tak vám pak bude stačit jít do jípeny a vybrat, co byste si tak asi mohli. Pouze ale v tom pád, že jste se pákná pámedz sobili. Mrazy posledních dnů, nebo spíše je noc, daly pámedz zabrat. Státnosti zemědělců, že se neurodilo a proto je taková dražota, jsou u³/₄ evergreenem. Ale letos opravdu nebudou, pokud ano, tak kdoví odkud, neznámá kvality a s naplínou cenou. Jako rozumně pámedz je si něco vypstovat, nasbrat, levně nakoupit a to vám jechno nacpat do mrazáku, zavařit do sklenic, nebo usušit.

Teď napáklad páicház- áas na v¹/₂ robu smrkového medu.

Recept je celkem jednoduchý, nedá to moc práce, je to zdravý a pomáhá to k odhlení.

Smrkový med

Na 1 litr vody použijeme 1 kg

cukru a 4 vářící hrsti smrkového jehličí. Musí to být nová, světle zelená v¹/₂ honky, nejlépe tak 4 cm dlouhá, stačí otrhat prsty.

V¹/₂ honky dáme do 1 litru vody a

necháme louhovat do druhého dne. Po vylouhování v¹/₂ me asi 15 minut, voda by měla celou dobu klokotat. Scedíme do hrnce se jirákem dnem, nasypeme cukr, v¹/₂ me na m¹/₂ ohni a stáje mácháme. Nechce to uspat, za stáje mácháme máchání v¹/₂ me tak dlouho, a³/₄ med dostane podobnou barvu, jako ten lesní a zhoustne. Trvá to 30-45 minut.

Na taláku rozeteme zjistíme

správnou konzistenci (asi jako máj normální med), pak u³/₄ jenom nalijeme do vyvařených sklenic. Mohou být i plastové v¹/₂ko, třeba, jako sklenice od kávy.

Na tuto dobu mám jeit jeden oblíbený recept z pampelišek, někdo z nich dá i med, jái áel. To u nás zmizí jako první. Chutná to tak trochu jako gumový medvídcí, jenom to není tak ávejkavý.

Pampeliškový áel

Na 1 litr vody natrháme cca 60

květ, z těch ale použijeme jenom álutá okvětní plátky, protože by to jinak bylo hořké. Vodu s otrhanými květy pávedeme k varu, v¹/₂ me 5 minut, vychladíme a pámes noc dáme do lednice. Druhý den pámede, z¹/₂ skáme necelý pá litr tekutiny. Páidáme 250 g áel¹/₂ rovacího cukru a ááávu z citronu, pávedeme k varu

a vařme, dokud nezačne rosol ¼el-rovat. Dáme do malých skleniček s plechovkám uzavřem. Já používám cukr normální a nasypu tam Gelatine ground z Kauflandu.

Čej z borůvek-

Taky je čas na výrobu čaje z mladého listů borůvek-, malin-, lesních jahod a ostružin. Stačí otrhat, opláchnout, osušit a natřít na průhledy. Směs dáme do igelitového sáčku a hezky rozválíme v ležákem na tásto, potom ušijem počkáme, a směs začne fermentovat - to se pozná snadno, začne to hnědnout.

Vyndáme z igelitu a dáme sušit, ovšem ne na slunce, ale někde, kde je teplo a proud vzduch. Já používám sušičku. Opravdu suché zavěsíme do sklenice a na podzim do směsi přidáme usušené jednosemenné hlořinky a jahůvky.

Přímě pravidelně pití - snižuje hladinu cukru v krvi, upravuje krevní tlak.

Brzy pokvetou bezinky, z nich je skvělá a jímá jímivá limonáda, stačí přidat citron a sušené droždí. Recept si najdete na netu a nebo si květy jenom usušíte a schovejte si je na dobu, kdy budete muset vypít z nějakého muribunda.

Jediná podmínka těchto receptů, aby zajistily vaše zdraví, je, sbírat si je někde, kde je je třeba zachováno čistě životná prostředí. A to je čí složitější.

Je to zdravé, tak zavěšujte, sušíte.

Váše kamarádka DEERES