

BYLINKY PRO ZDRAVĀ

ÅšterÅ½, 10 kvÅten 2016

KaÅdému je obÅas pod psa. Ale ne vÅdy tp znamená nutnost bÅÅet k lékaÅmi a plnit jiÅ tak pÅecpanou Åekárnu. zrovna není tak váÅné. StaÅit mÅÅe uÅití pÅírodních léÅiv, zejména z léÅivých rostlin. ZvláÅtÅ, pokud si je my sami, nebo nÅkdo, koho známe - a tedy víme, Åe to není z kytek, natrhaných nÅkde na skládce :-)). Dva zajímavé recepty z právÅ rostoucích kytiÅek vám nabízím:

Karmelitánské kapky

Budete potÅebovat:

10 lÅic natÅ meduÅky,

10 hÅebíÅkÅ,

10 lÅic skoÅice,

1 nastrohaný muÅkátový oÅíÅek,

2 lÅíce medu,

1 nakrájený citron.

Postup:

SmÅs bylin zalijeme koÅkem nebo brandy, necháme odstát tÅmi týdny, pak slijeme, pÅidáme med a citron.

Švédké kapky:

budete potÁ™ebovat:

Ä•erstvé listy kopÁ™ivy
Ä•erstvé listy pampelišky
1 l Á¾itné pálenky

Listy pokrájíme a napĀchujeme do pĀtilitrové uzavíratelné sklenice. Zalijeme pálenkou a byliny stlaĀíme ke dnu. DĀleÁ¾it je, aby všechny kousky z bylin byly ponoÁ™ené v páence. UzavĀme a skladujeme na temném a chladném místĀ. Vylepšení I.:

Ä•erstvé koÁ™eny kopÁ™ivy
Ä•erstvé koÁ™eny pampelišky
Á¾itná pálenka na dolití

KoÁ™eny pokrájíme a napĀchujeme k jiÁ¾ naloÁ¾eným bylinám ve sklenici. Pokud je potÁ™eba, zalijeme pálenkou, aby byly zcela ponoÁ™ené. UzavĀme a skladujeme na temném a chladném místĀ.

Vylepšení II.:

Ä•erstvé listy jahodníku
snítka Ä•erstvého rozmarýnu
Á¾itná pálenka na dolití

Listy jahodníku pokrájíme a napĀchujeme spolu se snítky rozmarýnu k jiÁ¾ naloÁ¾eným bylinám ve sklenici. Pokud je potÁ™eba, zalijeme pálenkou, aby byliny byly zcela ponoÁ™ené. UzavĀme a skladujeme na temném a chladném místĀ.

A takhle máÁ¾eme pÁ™idávat stále:

napÁ™íklad ještĀ další byliny, na které jsme zapomnĀli: jeÁ™abinu, pelynĀk, Á™epík, muškát, slup oÁ™echÁ™, anýz, angeliku, myrhu, mátu, nebo puškvorec. Taky semínka ostropestÁ™ce, kvĀty mášičku lékaÁ™ské budete mít udĀlaný bezinkový a bezový likér, pÁ™idejte rovnĀÁ¾. Pokud nejsou byliny ponoÁ™ené, vÁ¾dy pÁ™ilijeme pále promícháme, uzavĀme a skladujeme na temném a chladném místĀ. Švédké kapky máÁ¾eme vyrábĀt de facto celou sezónu. Platí totiÁ¾ oblíbené Ä•eské pravidlo „co je v alkoholu, to se nezkaží“. Do kapek dáváme pÁ™edevším hoÁ™ké byliny. Byliny musí být vÁ¾dy plnĀ ponoÁ™ené v alkoholu a nic nesmí vykukovat ven. pÁ™íj úspĀné vyrábĀní hoÁ™kých dobrot pÁ™eje MARTINA