

Ā ĀPKY - SLADCE NAMRZLĀ%

StĀ™eda, 07 prosinec 2016

ŠĀPKY patĀ™í k posledním darĀ™m, které nám pĀ™íroda v prĀ™bĀ™hu roku štĀ™dĀ™ nabízí. Syrové šĀPKY nedají jíst, ale po tepelné úpravĀ™ dostanou jedineĀ™nou chuĀ™, díky níĀ™ mají v kuchyni od pradĀ™va Ā™estné místo. ŠĀpek je nejdostupnĀ™jším vydatným zdrojem vitaminĀ™ C a A, a minerĀ™. NašĀPKY pĀ™edkovĀ™ pouĀ™ívali šĀpek pro jeho chuĀ™, dostupnost a léĀ™ebné i preventivní úĀ™inky. Málokdo téĀ™ ví, Ā™ díky kombinaci obsaĀ™eného vápníku, rutinu a vitamínu C jsou šĀPKY úspĀ™ným pĀ™írodním lékem proti paradentóze a onemocnění dásní.

ŠĀPKOVĀ MARMELÁDA

K výrobĀ™ šĀPKOVĀ MARMELÁDA budeme potĀ™ebovat Ā™erstvé šĀPKY a cukr. TeĀ™ uĀ™ budou namrzlé a tedy o vĀ™ sladké. ŠĀPKY oĀ™istíme, rozkrájíme a vaĀ™íme domĀ™ka. RozvaĀ™ené šĀPKY propasírujeme pĀ™es síto z hmoty, vzniklý protlak zvaĀ™íme a dáme vaĀ™it. Za neustálého míchání pĀ™ídáváme stejné množství cukru a mícháme do zhoustnutí. SkleníĀ™ky poté plníme touto marmeládou a sterilujeme po dobu deseti minut pĀ™i 80 °C.

ŠĀPKOVÝ SIRUP

ŠĀPKOVÝ SIRUP uĀ™íváme pĀ™i nachlazení a pĀ™i onemocnění moĀ™ových cest. K pĀ™ípravĀ™ šĀPKOVĀ MARMELÁDA pouĀ™ít právnĀ™ i pĀ™emrzlé šĀPKY a cukr. Ā™erstvé natrhané šĀPKY zbavíme jader, rozkrájíme a zalijeme studenou vodou. Necháme odstát po dobu pĀ™i hodiny a pĀ™ivedeme k varu. PovaĀ™íme, necháme vychladnout a pĀ™ecedíme. Do jednoho litru Ā™isté šĀPKY pĀ™ídáme 1/2 kg cukru. Cukr pak necháme rozpustit a mĀ™íme zaĀ™ít sirup uĀ™ívat.

Vysoký obsah pektinu a organických kyselin v šĀPKOVĀ MARMELÁDA uje obĀ™ výše uvedená "dĀ™la" pro jejich vĀ™inky. Jak uĀ™ psáno, obojí se Ā™asto dĀ™lá ze šĀPKOVĀ MARMELÁDA prvnĀ™i mrazíky, tedy tĀ™ch, které jsou zmrznutím uĀ™ pro dalšĀPKOVĀ MARMELÁDA naprosto nevhodné.

ZávĀ™em ještĀ™ tajemství babky koĀ™enáĀ™ky:

Dejte malou hrstiĀ™ku šĀPKOVĀ MARMELÁDA do vody teplé kolem 50-55 stupĀ™, a do termosky 1 l a nechte do rána. ZceĀ™te a máte perfektní vĀ™ na revma. Dolijte pak na šĀPKOVĀ MARMELÁDA vroucí vodu a za hodinu spaĀ™ování máte perfektní Ā™aj na imunitu a nachlazení. ZceĀ™te a znovu spaĀ™ujte 2 hodiny dalšĀPKOVĀ MARMELÁDA vodou a máte dalšĀPKOVĀ MARMELÁDA pro hosty a na ledvinové kameny.

d@niela

