

Ohnivý cider

pre sviatky strávené v pohode a v zdraví

STORMWARE
POHODA
Ekonomický software

Všielik nielen pri chrípke a nachladnutí

Ingrediencie

- 2 vetvičky rozmarínu
- 4 vetvičky tymiánu
- ½ hrnčeka cibule
- 8 strúčikov cesnaku (drvených alebo nasekaných)
- 2 celé škorice
- 1 čajová lyžička guličiek čierneho korenia
- 1 nakrájané jalapeño
- ½ až 1 hrnček medu
- ½ hrnčeka zázvoru
- ½ hrnčeka chrenu
- ½ pomaranča alebo grepu
- ½ citrónu
- 2 hrnčeky jablčného octu



Postup

1. Pripravte si všetky ingrediencie a umiestnite ich do sklenenej nádoby, napríklad do väčšieho zaváracieho pohára.
2. Zmes zalejte jablčným octom, aby bolo všetko ponorené. Nováčikovia môžu zriediť zmes ešte trochou teplej vody alebo jablčného muštu.
3. Použite plastové viečko alebo prírodný pergamenový papier na prekrytie, aby sa ocot nedotýkal kovového viečka, a dobre pretrepte.
4. Skladujte na tmavom, chladnom mieste po dobu jedného mesiaca a nezabudnite denne pretrepať.
5. Po jednom mesiaci precedte cez tenké plátno a zo základu vytlačte zvyšok šťavy a výslednú šťavu prelejte do čistej nádoby.
5. Ďalej pridajte med a miešajte kým sa nezačlení.

Ochutnajte svoj pripravený všielik a prípadne pridajte kurkumu, ak chcete ďalší protizápalový prvok, echinaceu, ak sa cítite nachladnutí, viac chrenu, ak máte infekciu dutín alebo viac medu, ak ste ešte nedosiahli požadovanú sladkosť. Okrem nachladnutia alebo chrípky tento všielik pomôže aj so zažívaním po náročných rodinných návštevách. Nech chuť a postaví na nohy :-).

