



Tekst i zdjęcie: **Kaemka** - Srebrny Szef Kuchni (2324)

Sok z kwiatów bzu czarnego

Sok ze świeżych kwiatów gotowy w jeden dzień o właściwościach leczniczych

Stopień trudności: Łatwe

Liczba porcji: więcej

☒ idealne dla dzieci

☒ na grilla

Składniki:

- woda niegazowana, 2 l
- cytryna, 2 szt.
- cukier brązowy, 0.5 kg
- bez czarny, 2 l

Sposób przygotowania:

Świeże kwiaty czarnego bzu(same koszciki) umieścić w słoju , zalać ostudzoną przegotowaną wodą,Dodac pokrojone , obrane cytryny. Odstawić w ciepłe miejsce na 24 godz.Następnego dnia przecedzić płyn mocno wyciskając. Zagotować z cukrem . Szczelnie zamknąć w słoiczkach.Wspomaga leczenie przeziębień i jest dobrym dodatkiem smakowym do napojów.Sok rozcieńczyć z chłodną wodą lub winem.Zamiast cukru można użyć miód.

