Domowy susz pokrzywowy

Dorota Rozbicka

Polecane na: **przetwory**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

30 min

1 porcja

Składniki:

młoda świeża pokrzywa - 1 pęk

Dodatkowe info:

Jeśli tylko mamy dostęp do pokrzywy rosnącej z dala od zanieczyszczeń miasta koniecznie warto przygotowac z niej susz na zimę.
Z takiej pokrzywy możemy przygotowywać napary, które wzmacniają nasz organizm i dostarczają mnóstwa witamin i minerałów.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Pokrzywę zbierać najlepiej w maju kiedy jest wiosenna i młoda, ledwie wyrosła. Pokrzywę jednak można zbierać cały rok - wystarczy obciąć stare łodygi tuż przy ziemi i poczekać aż młode odrosną.
Najlepiej zbierać górne pędy liściowe.

KROK 2: Oberwane pędy pokrzyw myjemy, osuszamy w wirówce do sałaty i układamy na sitkach suszarki spożywczej.
Włączamy suszarkę i suszymy kilka godzin aż susz idealnie wyschnie.
Wyłączamy suszarkę i zostawiamy ziele na pół godziny by wystygło.
Po tym czasie susz możemy pociąć nożyczkami i przełożyć do ściśle zakręcanych słoików.