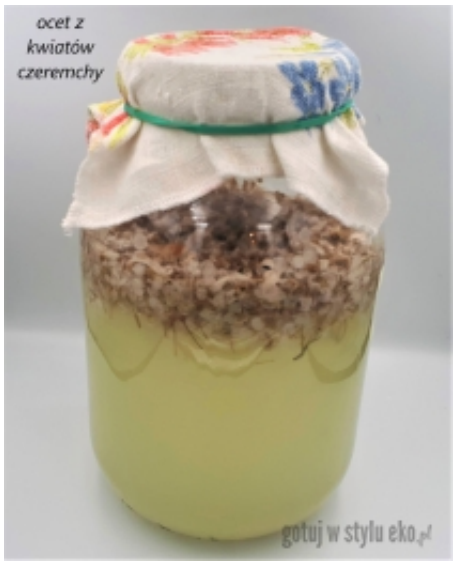

Ocet z kwiatów czeremchy

Nikita

Polecane na: **napoje, sosy**

Kuchnia (region): **arabska, polska**

Warto wiedzieć:

15 min

1 porcja

Składniki:

kwiaty czeremchy -

woda z cukrem (5 łyżek cukru na 1 l wody) -

duży słój, lniana ściereczka, gumka -

Dodatkowe info:

Kwiaty czeremchy mają podobne właściwości lecznicze do kwiatów tarniny, działają estrogennie, żółciopędne, silnie moczopędne i uspokajająco, mają także działanie antyseptyczne i pielęgnacyjne w stosunku do skóry. Napar z kwiatów czeremchy doskonale nawilża, odżywia i wybiela skórę, usuwa stany zapalne i zmniejsza łojotok.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Kwiaty zbiera się na przełomie kwietnia i maja, najlepiej w słoneczny, suchy dzień. Odstawić na około 1-2 godziny, aby powychodziły z nich ewentualnie robaczki.

KROK 2: Kwiaty czeremchy włożyć do dużego słoja, do połowy wysokości.

KROK 3: Przygotować roztwór wody z cukrem i zalać kwiaty czeremchy do wysokości 3/4 słoja.

KROK 4: Zabezpieczyć słój ściereczką lnianą (lub ręcznikiem papierowym) i gumką. Przez około 2 tygodnie mieszać ocet 2 razy dziennie drewnianą wyparzoną łyżką. Jak kwiaty opadną już na dno, dobrze jest jeszcze bez mieszania zostawić ocet na 2-3 tygodnie do dalszej fermentacji. Następnie przecedzamy kwiaty, ocet zostawiamy jeszcze w słoju na 2-3

tygodnie, a następnie zlewamy do buteleczek. Ocet pachnie słodko, miodowo-migdałowo. Ocet ma bardzo długi termin przydatności. Przechowujemy go w temperaturze pokojowej. Ocet możemy pić z wodą (1 łyżeczka na szklanka wody), używać do lemoniad, sałatek czy innych dań lub kosmetycznie do zrobienia toniku do twarzy (wybiela skórę, usuwa stany zapalne i zmniejsza łojotok).