



Ocet z zielonych orzechów po syropie zero waste

 Nikita

Polecane na: [napoje](#), [przetwory](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 0 min

 1 porcja

Składniki:

Zielone orzechy włoskie pozostałe Cukier 4 łyżki na litr wody -
po zrobieniu syropu -

Dodatkowe info:

Ocet z zielonych orzechów wykorzystujemy przy problemach z żołądkiem, czyli wszelkich niestrawnościach, zatruciach i biegunkach. Ma on też działanie bakteriobójcze, przeciw pasożytnicze oraz odtruwające.
Łyżeczkę octu rozpuścić w szklance wody i wypić.
W przypadku kuracji przeciwko pasożytom stosować przez tydzień do dwóch tygodni.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Zrobiłam syrop z zielonych orzechów. Przepis jest na moim profilu. Zlałam go, zostały mi pokrojone zielone orzechy, ale nie lubię nic marnować, więc zrobiłam z nich wspaniały ocet. Włożyłam je do dużego słoja, napelniając do połowy.

KROK 2: Orzechy zalałam ostudzoną wodą z cukrem do wysokości 3/4 słoja. Przykryłam lnianą ściereczką i zabezpieczyłam gumką. Odstawiłam na 3 tygodnie, codziennie (1-2 razy) dokładnie mieszałam czystą wyparzoną łyżką drewnianą. Jak orzechy opadły już na dno, przecedziłam je. Część octu zlałam do butelki do użytku. Resztę znowu przykryłam do dalszego dojrzewania na 2 tygodnie. Ocet ma bardzo długi termin przydatności. Przechowujemy w temperaturze pokojowej. Ma działanie lecznicze i charakterystyczny zapach i smak zielonych orzechów. Dla mnie jest bardzo smaczny.