

---

# Ocet jeżynowy

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 2298 razy.

Oplukać 90 dag jeżyn i oberwać szypułki, wrzucić do garnka i zalać 600 ml octu jabłecznikowego. Postawić na kilka godzin w ciepłym miejscu, by jeżyny puściły sok. Jeżyny odcedzić i zalać sok do garnka emaliowanego albo ze stali nierdzewnej, dodać 90 dag cukru, zagotować i gotować przez 5 minut na najmniejszym ogniu zbierając wszelkie szumowiny. Łyżeczka tego octu rozpuszczona w szklance wody jest świetnym lekiem na bolesne ranki w ustach lub bolące gardło. Jeśli zimą poczujemy zbliżające się przeziębienie, dobrze jest dodać parę łyżek tego octu do szklanki gorącej wody, wcisnąć sok z cytryny, osłodzić miodem i wypić. W upały woda z odrobiną octu jeżynowego stanowi doskonały napój chłodzący.