

Zdravý šípkový sirup

Kategorie: [Nápoje](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 1

- med 6 lžíce
- šípky 0.5 kg
- voda 2 l

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Mixování, mletí

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Z půl kg šípku odstraníme černé konce - bubáky, omyjeme, zalijeme litrem vody a podle potřeby šípky nejdříve předmočíme, aby změkly a šly lépe rozmixovat. Máme-li dobrý a kvalitní mixér, nebude to potřeba.

V rozmixované kapalině necháme šípky macerovat tak 10 - 12 hodin. Poté šípky přecedíme přes síto, následně přes plátýnko, aby se do sirupu nedostaly dráždivé chloupky. Přidáme další litr vody, dochutíme medem a stočíme do lahví.

Zdravý šípkový sirup uchováváme v chladu a do pár dní zkonsumujeme. Ale to jistě nebude problém, je totiž skvělý.