

BYLINKY PRO ZDRAVĀ

ÅšterÅ½, 10 kvÅten 2016

KaÅděmu je obÅas pod psa. Ale ne vÅdy tp znamená nutnost bÅÅet k lékaÅmi a plnit jiÅ¼ tak pÅecpanou Åekárnu. zrovna není tak váÅné. StaÅit mÅÅe uÅiti pÅírodních léÅiv, zejména z léÅivých rostlin. ZvláÅtÅ, pokud si je my sami, nebo nÅkdo, koho známe - a tedy víme, Åe to není z kytek, natrhaných nÅkde na skládce :-)). Dva zajímavé recepty z právÅ rostoucích kytiÅek vám nabízím:

Karmelitánské kapky

Budete potÅebovat:

10 lÅic natÅ meduÅky,

10 hÅebiÅkÅ,

10 lÅic skoÅmice,

1 nastrohaný muÅkátový oÅíÅek,

2 lÅice medu,

1 nakrájený citron.

Postup:

SmÅs bylin zalijeme koÅkem nebo brandy, necháme odstát tÅmi týdny, pak slijeme, pÅidáme med a citron.

Švédké kapky:

budete potÁ™ebovat:

Ä•erstvé listy kopÁ™ivy
Ä•erstvé listy pampelišky
1 l Á¾itné pálenky

Listy pokrájíme a napÄ›chujeme do pÄ›tilitrové uzavíratelné sklenice. Zalijeme pálenkou a byliny stlaÄ•íme ke dnu. DÄ›leÁ¾it je, aby všechny kousky z bylin byly ponoÁ™ené v páence. UzavÁ™eme a skladujeme na temném a chladném místÄ›. Vylepšení I.:

Ä•erstvé koÁ™eny kopÁ™ivy
Ä•erstvé koÁ™eny pampelišky
Á¾itná pálenka na dolití

KoÁ™eny pokrájíme a napÄ›chujeme k jiÁ¾ naloÁ¾eným bylinám ve sklenici. Pokud je potÁ™eba, zalijeme pálenkou, aby byly zcela ponoÁ™ené. UzavÁ™eme a skladujeme na temném a chladném místÄ›.

Vylepšení II.:

Ä•erstvé listy jahodníku
snítka Ä•erstvého rozmarýnu
Á¾itná pálenka na dolití

Listy jahodníku pokrájíme a napÄ›chujeme spolu se snítky rozmarýnu k jiÁ¾ naloÁ¾eným bylinám ve sklenici. Pokud je potÁ™eba, zalijeme pálenkou, aby byliny byly zcela ponoÁ™ené. UzavÁ™eme a skladujeme na temném a chladném místÄ›.

A takhle máÄ•eme pÁ™idávat stále:

napÁ™íklad ještÄ› další byliny, na které jsme zapomnÄ›li: jeÁ™abinu, pelynÄ›k, Á™epík, muškát, slup oÁ™echÄ›, anýz, angeliku, myrhu, mátu, nebo puškvorec. Taky semínka ostropestÁ™ce, kvÄ›ty mášičku lékaÁ™ské budete mít udÄ›laný bezinkový a bezový likér, pÁ™idejte rovnÄ›. Pokud nejsou byliny ponoÁ™ené, vÄ›dy pÁ™ilijeme pále promícháme, uzavÁ™eme a skladujeme na temném a chladném místÄ›. Švédké kapky máÄ•eme vyrábÄ›t de facto celou sezónu. Platí totiÁ¾ oblíbené Ä•eské pravidlo „co je v alkoholu, to se nezkazí“. Do kapek dáváme pÁ™edevším hoÁ™ké byliny. Byliny musí být vÄ›dy plnÄ› ponoÁ™ené v alkoholu a nic nesmí vykukovat ven. pÁ™íj úspÄ›né vyrábÄ›ní hoÁ™kých dobrot pÁ™eje MARTINA