

OPB  
4.5. - 8.5.2020

## ZNAMENITOSTI SLOVENIJE

Slovenija je trenutno vsa v zelenju. Poleg okusne domače hrane imamo radi tudi dobre domače sokove. In sedaj je odličen čas, da si ga izdelate sami! Pojdite v naravo in poskušajte nabrati veliko košaro **BEZGA**. Iz njega lahko pripravite odličen domači **BEZGOV SIRUP** ali pa bezgov sok imenovan **ŠABESA**.

- **DREVO BEZGA, NA NJEM PA NABIRAMO NJEGOVE CVETOVE:**



- **RECEPT ZA BEZGOV SIRUP:**

**SESTAVINE:** 30 velikih bezgovih cvetov, 1 limona, 1 liter vode, 1,25 kg sladkorja, 20 g citronske kisline.

**PRIPRAVA:** Bezgove cvetove pregledamo in jim odstranimo hrošče ter druge žuželke. Vzamemo večji kozarec za vlaganje in vanj natlačimo čim več popolnoma zrelih cvetov, ki jih še pokriva plast cvetnega prahu. V kozarec do roba nalijemo vodo in vrhnje cvetove obtežimo z rezinami limone. Kozarec zapremo in ga za 24 ur postavimo na toplo; če je mogoče, naj bo čez dan na soncu.

Naslednji dan tekočino precedimo čez cedilo ali gazo in cvetove dobro ožamemo (da iz njih "iztisnemo" aromo). Tekočino prelijemo v večjo skledo ter ji dodamo sladkor in citronsko kislino. Dobro premešamo, da se sladkor nekoliko raztopi, potem pa sirup prelijemo nazaj v kozarec za vlaganje, ki ga zapremo in za tri dni postavimo na sonce, da se sladkor popolnoma raztopi.

OPB  
4.5. - 8.5.2020

Vmes lahko sirup večkrat premešamo. Pripravljen sirup nalijemo v sterilizirane steklenice, ki jih takoj nepredušno zapremo.



• **RECEPT ZA ŠABESO:**

**SESTAVINE ZA 5L ŠABESE:** 30 cvetov bezga, 3l vode, 6dag citronske kisline, 6 limon, 3 kg sladkorja.

**POSTOPEK:** 1. dan: prekuhamo 3 l vode - ohladimo, namočimo 30 cvetov bezga, narežemo limono na kolobarje, dodamo citronsko kislino in pustimo namakati 24 ur; 2. dan: ožmemo limono, precedimo, dodamo sladkor in mešamo, dokler se sladkor ne raztopi. Nalijemo v steklenice in tesno zapremo.

**OPOMBA:** Šabesa se rada pokvari, če je ne porabimo dovolj hitro. Pijemo svež sok.



**UŽIVAJTE OB PRIJETNI OSVEŽITVI IZ NARAVE!**