

Vitaminski napitak



težina: **lako**

za: **35** osoba

vreme pripreme: **120** min

Sastojci

Potrebno je:

- **1 kg**cvekle
- **1 kg**šargarepe
- **1 kg**.limuna
- **1 kg**višanja bez koštica
- **5 l**vode
- **4 kg**kristal šecera
- **1 kesica**konzervansa
- **5 kesica**limuntusa (50 g)

Priprema

U vodi otopiti šećer i pustiti da se potpuno ohladi. Cveklu oprati te oljuštiti i iseci na manju parcad. Šargarepu oljuštiti i iseci. Limun oljuštiti sa nožem za ljuštenje krompira. Sa limuna oljuštiti belu koru, raspoloviti i odstraniti koštice. Cveklu, šargarepu, višnje i limun samleti na mašini za meso. Konzervans i lumuntus rastopiti u 100 ml vode. U visoku posudu staviti samlevenu masu i tanku koru od limuna, preliteri sa šecernom vodom, poklopiti i pustiti da odstoji 24 casa. Drugi dan ocediti. Gustu masu protisnuti pomocu prese za krompir, a tekucinu koja prilikom presovaanja iscureti dodati ostalom soku i ponovo iscediti. Dobijeni sirup preliteri u boce. Od ove kolicine namirnica dobije se oko 7-8 litara sirupa. Piti razblaženog sa vodom, soda vodom ili mineralnom vodom.

Savet

Ovaj veoma ukusan napitak je izuzetno dobar za poboljšanje eritrocita i hemoglobina u krvi.