

Sirup od aronije (5)



težina: **lako**

za: **10** osoba

vreme pripreme: **30** min

Sastojci

Potrebno je:

- **2 kg** aronije
- **2 l** vode
- **1 kg** šećera
- **20 g** limunske kiseline
- **1** limun (sok)

Priprema

Stavite vodu i šećer da provri pa zatim dodajte oprane i očišćene bobice kuhati.

Stiskajte bobice da popucaju i da puste šta više tekucine.

Kuhajte kratko pa procjedite.

Zatim tu tekucinu dajte ponovno kuhati i sada stavite limunsku kiselinu i limunov sok. Kuhajte kratko.

Stavite sirup u tople i sterilizirane flaše.

uvajte na hladnom i suhom mjestu.

Savet

Aronija kao lijek! Podiže imunološki sustav,djeluje antiupalno,antibakterijski i antivirusno. Ublažava migrene i glavobolje. Snižava krvni tlak,poboljšava cirkulaciju krvi,štiti kardiovaskularni sustav. Smanjuje infekcije mokranog sustava. Dobar kod bolesti jetra i žui,zaustavlja proljev. Pruža zaštitu od bolesti oiju,odnosno mišine degeneracije oiju. Potie zasjeljivanje rana,dobro djeluje na kožu,sprijeava nastanak bora. Aronija je jako zdrava i korisna. Može se konzumirati sirova (najbolje iako je dosta trpka),u obliku soka,aja,pekmeza,u kolaima... S obzirom na to da je ljekovita,preporuuje se piti jedna aša dnevno.