

Házi gyümölcslé



Elkészülési idő: 10 perc

Hozzávalók: 1

kg
narancs és mandarin vegyesen

2

ev?kanál
mirelit/friss bogyós gyümölcs

ízlés szerint
cukor/méz/édesít?

1

l
víz

1. lépés

Hámozd meg a narancsot, mandarint, és tedd egy kancsóba. Add hozzá a bogyós gyümölcsöket, kb. 2 ev?kanál cukrot (vagy ennek megfelel? mennyiség? más édesít?t) és a víz felét. Botmixerrel mixeld kb fél percig, az egyenletes állag eléréséig.

2. lépés

Add hozzá a további fél liter vizet, édesítsd tovább ízlésed szerint, és szűrd át apró lyukú konyhai szűrőn (de, ha rusztikusabb verzió is belefér, ihatod szűrés nélkül!) Fogyaszd frissen! :)

A bolti, jól megcukrozott, és sűrítményből készült gyümölcslevek helyett pár perc alatt minimum ugyanolyan finom készíthető otthon is, friss gyümölcsből, vagy friss és mirelit keverékből!

Sokféle kombinációban finom, ebben a receptben narancs, mandarin és mirelit bogyós gyümölcs szerepel. Ahhoz persze, hogy a boltihoz hasonló végeredményt kapj, kelleni fog pár kanál cukor/édesítő, de nem is baj, ha egyszer kipróbálsz, mennyi cukorral tetszik a végeredmény. Az a helyzet, hogy általában sokkal több cukorral finom, mint amennyit az ember jó érzéssel beletenne... ekkor jön az arany középut megkeresése...

(Na meg a bolti agyoncukrozott verziókra való rácsodálkozás. Mert hiába írja a címke, hogy nincs hozzáadott cukor benne... persze, hogy nincs, űk csak felhigítják a cukorral tartósított sűrítményt. Vagy valami ilyesmi állhat a háttérben.)

Fontos, hogy a házi gyümölcslevet frissen, még a készítés napján igyátok meg, másnapra már nem olyan finom!

Forrás URL (módosítva 2017-04-16 18:14): <https://koecceru.hu/receptek/hazi-gyumolcsle>