

Jak zrobić sok z aronii, tak aby nie był cierpki?



Opis wskazówki

Aronia jest owocem bogatym w witaminy, antyoksydanty i inne substancje prozdrowotne. Według wielu jest remedium na liczne problemy zdrowotne takie jak wysokie ciśnienie czy przeziębienie. Aby przez cały rok w pełni korzystać z jej właściwości czarne owoce

Jak zrobić sok z aronii, żeby nie był cierpki?

Ci, którzy skuszeni intensywną barwą aronii odważyli się jej spróbować, doskonale wiedzą że potrafi być bardzo cierpka. Czasem do tego stopnia, że po jej zjedzeniu przez dłuższą chwilę towarzyszyć może uczucie ściągnięcia w ustach. Oczywiście nikt nie chce, by przygotowany sok zapewniał takie wrażenia. Kiedyś zrywano aronię po pierwszych przymrozkach. Jednak jest szybszy sposób. Aby zniwelować cierpkość aronii, a co za tym idzie i soku, należy zamrozić owoce. Wystarczy kilka dni w ujemnej temperaturze, by zmniejszyć cierpki smak owoców

Jak zrobić sok z aronii w sokowniku?

Jeśli posiadasz w domu sokownik przygotowanie soku będzie wymagało tylko trochę cierpliwości. Owoce należy umieścić w górnej części sokownika i zasypać cukrem. Do dolnej części wlewa się wodę. Sokownik umieszcza się na małym lub średnim ogniu. Pod wpływem ciepła sok spłynie do środkowej części sokownika, z której z łatwością przelejesz gotowy sok do butelek. Całą operację ułatwi wąż do nalewania. Podczas ogrzewania sokownika należy pilnować poziomu wody. Podczas robienia soku może okazać się konieczne dolanie jej.

Jak zrobić sok z aronii bez sokownika?

Jeśli nie dysponujesz sokownikiem, nadal możesz przygotować sok z aronii na zimę. Potrzebny będzie duży garnek, zamrożona aronia oraz woda. Aronię z wodą należy doprowadzić do wrzenia a następnie gotować na małym ogniu. Aby owoce nie przywarły do dna należy często je mieszać. Po około 30 minutach gotowania owoce powinny oddać cały sok. Po ściągnięciu garnka z ognia sok przelewa się przez sito, by był klarowny. W tym momencie także się go dosładza. Ilość dodanego cukru zależy od własnych preferencji.

Jak zrobić sok z aronii bez cukru?

Sok z aronii możesz przygotować bez dodatku cukru. W przypadku soku przygotowanego bez sokownika cukier dodaje się na końcu, dlatego bez problemu zastosujesz zamiennik. Cukier w tak przygotowanym soku można z powodzeniem zastąpić sokiem jabłkowym lub porzeczkowym. Innym rozwiązaniem jest dodanie ksylitolu. Ksylitol sprawdzi się również w przypadku soku przygotowanego w sokowniku. Podczas przygotowywania soku z aronii można dodać liście wiśni. Dodadzą one nie tylko smaku i aromatu, ale dodatkowo złagodzą goryczkę.