



Winko Świętej Hildegardy (bez gotowania)



Nikita

Polecane na: [napoje](#), [przetwory](#)

Kuchnia (region): [francuska](#), [arabska](#), [polska](#)

Warto wiedzieć:

10 min

1 porcja

Składniki:

wino białe wytrawne lub
półwytrawne - 1 szt.

natka pietruszki posiekana - 2-2,5
szklanka

głóg - - garść

miód naturalny - 5-6 łyżka

ocet jabłkowy - 100 ml

laska waniliowa - 1/2 szt.

cynamon cejloński laska - 1/2 szt.

Dodatkowe info:

Wino pietruszkowe białe zrobione bez gotowania (tylko maceracja) pozwala na zachowanie dużej ilości witaminy C zawartej w natce pietruszki. Jest wiele sposobów na winko Św. Hildegardy robi się je na czerwonym lub białym winie. Stałe składniki to natka pietruszki i głóg, miód i ocet jabłkowy. Dodatkowo można je wzbogacić wanilią, cynamonem lub kardamonem.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Świeżą natkę myjemy, osuszamy i drobno siekamy. Wkładamy ją wraz z głógiem do dużego słoika, dodajemy wanilię, cynamon i zalewamy całość białym winem.

KROK 2: Zakręcamy słoik i odstawiamy na 7-10 dni. Codziennie wstrząsamy słoikiem.

KROK 3: Po tym czasie całość przecedzamy i odciskamy. Dodajemy miód i ocet jabłkowy do smaku, przelewamy do butelek. Przechowujemy

w ciemnym chłodnym miejscu.

KROK 4: Wino Świętej Hildegardy nazywane winem pietruszkowym działa moczopędnie, odtruwająco i pomaga usunąć wodę z organizmu. Głóg poprawia ukrwienie mięśnia sercowego i zapobiega miażdżycy. W połączeniu z miodem i przyprawami skutecznie wzmacnia cały organizm. Wino pietruszkowe można pić jako samodzielny trunek lub dodatek do innych napojów. Stosowanie: Kieliszek wina raz dziennie lub jedną łyżkę 3-4 dziennie lub 5 łyżek dodanych do gorącej wody, herbaty zwykłej lub ziołowej. Wina Hildegardy ze względu na zawartość alkoholu nie powinny pić dzieci.