

## Rakytník v alkoholu

---

čerstvé či zmražené plody rakytníku  
hnědý cukr  
oblíbený alkohol (rum, slivovice, vodka spíš.)

Očištěné plody rakytníku řešetlákového nasypeme do vhodně velkých uzavíratelných sklenic do cca tří čtvrtin, přisypeme cukr a protřepeme. (Dejte podle své chuti, já dávám cca čtvrtinu cukru vzhledem k množství rakytníku, pokud by to bylo málo sladké, můžete vždy přidat.) Můžete nechat 1 až 2 dny v chladu odležet, plody pustí šťávu, cukr se částečně rozpustí a zalít alkoholem až pak. Nebo lze alkoholem zalít ihned. V obou případech tolik, aby byly plody ponořené.

Uchovávejte v chladu, občas protřepejte a užívejte po lžičkách (včetně plodů) jako prevenci nebo v době oslabení organismu.

Plody prý mají až 25krát vyšší obsah vitamínu C než pomeranče. Jen pozor na užívání tohoto domácího elixíru před jízdou :-D

---

--- recepty od efči --- <http://www.hubatici.cz> ---