

# Miód z mai - miód z mniszka lekarskiego



Autor: **brysska**  
Przepisów: **538** Ocena: **18663**



> 6 os.



> 60 min



łatwe



tanie



## Składniki:

- 1000 główek kwiatków mlecza w pełnym rozkwicie
- 5 dużych cytryn
- 2 kg cukru
- 2 litry wody

## Sposób przygotowania:

- 1 Na łące, najlepiej takiej z dala od drogi, zbieramy same główki mniszka lekarskiego w pełnym rozkwicie. Zebrane główki wysypujemy na białe płótno (u mnie stary biały obrus, mlecze zostawiają plamy które niczym nie wybawicie), zostawiamy na około 1 godzinę, żeby małe owady powychodziły z kwiatków.



- 2 Oczyszczone kwiaty przekładamy do garnka, zalewamy wodą i gotujemy na małym ogniu przez około 1 godzinę od momentu zagotowania.



- 3 Po godzinie gotowania kwiaty odstawiamy w chłodne miejsce na 24 godziny.



- 4 Następnie za pomocą gazy lub ściereczki przecedzamy wywar z kwiatów.



- 5 Do odcedzonego wywaru dodajemy cukier i sok wyciśnięty z cytryn.



- 6 Mieszamy, doprowadzamy do wrzenia i na małym ogniu gotujemy około 3-4 godzin bez przykrycia, co jakiś czas mieszając, aż uzyskamy pożądaną płynną, gęstą konsystencję.



- 7 Gotowy miód przelewamy do wyparzonych małych słoiczków.



- 8 U mnie z takiej porcji wyszły 4 słoiczki po dzemie i 4 słoiczki po przecierze gęstego, płynnego miodu.



Twoje notatki do przepisu: