

## Pampeliškový med

Suroviny:

400 ks hlaviček pampelišky

2 litry vody

3 citróny

2 kg cukr krystal



Postup:

Hlavičky rozkvetlých pampelišek bez stonků vypereme pod tekoucí vodou. Vložíme do čtyřlitrového hrnce a zalijeme 2 litry vody. Přidáme omyté a na kolečka rozkrájené citróny a vaříme 15 minut. Potom hrnec odstavíme a vše necháme 24 hodin vylouhovat. Druhý den přecedíme přes hustý cedník nebo přes plátno do čistého hrnce. Do šťávy přidáme cukr a za občasného míchání vaříme ještě asi 1,5 hodiny, až se med začne táhnout. Čím déle med vaříme, tím je hustší. Hotový pampeliškový med lijeme ještě horký do malých skleniček, uzavřeme víčkem a máme hotovo.



... a můžete zdravě mlsat, osladit si čaj nebo namazat na chleba. Dobrou chuť!