

Stwórzmy złote piwo z mniszka. To takie proste i szybkie!

written by Ewa Koziół

Piwo z mniszka brzmi egzotycznie, smakuje wspaniale i zajmuje kilka minut roboty. Nic skomplikowanego.

Jak ubogi smakowo jest człowiek współczesny? Pierwsze piwa, które powstały około 20 000 lat temu, bardzo różniły się od tego co serwuje nam globalny żywiciel. Wówczas na świecie były tysiące różnych piw powstających z dziesiątek różnych (!) kultur drożdży jak i przeróżnych źródeł cukru. Piwo miało swoje miejsce w życiu zarówno sakralnym jak i tym zwykłym przyziemnym.

Jako mama czasu posiadam jak na lekarstwo, dlatego kiedy odkryję coś co jest zarówno dobre dla zdrowia, smaczne (!) , a przede wszystkim nie wymaga wiele pracy, to chcę wam o tym powiedzieć. Dlatego dziś dowiedcie się jak zrobić orzeźwiające piwo z mniszka, którego zaletą jest, że można je zrobić bez względu na porę roku, choć najlepsze wychodzi wiosną. Dodatkowo pamiętajcie zbierajcie mniszka z miejsc, które są czyste i nie pryskane, to ważne gdyż rośliny lubią gromadzić wszystko czym człowiek je uraczy.



Mniszek lekarski podobnie jak pokrzywa oczyszcza nasz organizm z toksyn, co jest niesłychanie dla nas ważne po zimie. Co więcej ma delikatne działanie uspokajające (Weed, 2004). Mniszek lekarski podobnie jak chmiel jest gorzkawy przez co stymuluje trawienie, czyli takie piwo świetnie się nada na wszelakie ogniska. Dodatkowo mniszek lekarski jest bogaty w żelazo, magnez, fosfor cynk, ryboflawinę i wiele, wiele innych. Piwo z mniszka smakuje prawie jak shandy, czyli dla mnie bomba!

Ile alkoholu, w zależności od czasu leżakowania takiego piwa im dłużej tym więcej.

Jeszcze jedna kwestia zanim przystąpimy do działania.

Drożdże. Ja z powodu braku drożdży piwowskich użyłam drożdży do produkcji białego wina, zaś drugą część piwa potraktowałam łyżką zakwasu chlebowego wraz z mąką na 1 szklanekę piwa (zaczynu?). Oba piwa wyszły wspaniałe.

Orzeźwiające piwo z mniszka lekarского



Aby zrobić piwo z mniszka potrzebujesz:

- 200g mniszka lekarskiego (ziela, kwiatów, korzenia)
- 3/4 szklanki cukru lub 1 szklanka miodu (wolę tę drugą opcję)
- 1 cytryna
- 200g imbiru
- 1 szczyptę chili (opcjonalnie do smaku)
- 4 l wody
- drożdże piwowarskie (wg instrukcji) lub zakwas chlebowy (1 łyżka na 1 szklankę płynu)

Dobrze wymyj ziele mniszka pod bieżącą wodą, z korzeniem jest trudniej, dlatego nie przejmuj się jeśli odrobina ziemi na nim pozostanie. Jeśli masz już korzenie wybierz te soczyste, a pozbadź się tych włóknistych. Imbir, chili, startą skórkę z cytryny (tylko tą żółtą) i oczywiście mniszek zalej wodą i gotuj przez 15 minut. Przecedź jeśli używasz cukru to dodaj go do gorącego wywaru, natomiast jeśli jest to miód dodaj go do ciepłego lecz nie gorącego wywaru. W obu przypadkach na samym końcu do letniego wywaru dodajemy drożdże lub zakwas chlebowy i sok z całej cytryny. Przykryj tkaniną by chronić napój przed muszkami. Po trzech dniach przelej napój do butelek i zakorkuj. Po tygodniu takie piwo nadaje się do konsumpcji.

Przechowujemy dłużej w ciemnym chłodnym miejscu np. w piwnicy.

Bibliografia:

Weed, S. (2003) Healing Wise

[mpp_inline id="55194"]