

# SKANZEN RECEPTTÁR

## PONGYOLA PITYPANG (GYERMEKLÁNCFŰ)



Tipikusan gyomnövényként tartják számon, pedig vannak országok, ahol a leveleit ilyenkor a primőr saláták mellett árusítják.

Leveleit leforrázva méregtelenítésre, cukorbajra, ekcémára (külsőleg) is használhatjuk. Reumás panaszok, fájó ízületek esetén ajánlott a gyermekláncfűvel történt borogatás.

A friss leveleket ehetjük salátaként magukban, vagy más, kevésbé markánsabb ízű növényekkel együtt. Hamis mézet lehet főzni belőle, amelyet aztán felhasználhatunk sütemények, tészták édesítésére. Nyári melegekben a citromos limonádét ezzel a mézzel édesíthetjük.

### \* HAMIS MÉZ \*

#### HOZZÁVALÓK:

10dkg virág, 2 citrom, 9 dl tiszta csapvíz,  
1,5 kg kristálycukor, 2csomag vaníliás  
cukor.

#### ELKÉSZÍTÉS:

Tedd szűrőszitába a virágokat, tiszta csapvíz alatt öblítsd át őket és öntsd egy megfelelő nagyságú fazékba. Karikázd fel a citromokat, de előtte jó alaposan mosd meg.

Citromkarikákat add hozzá a virágokhoz és mérd hozzá a tiszta csapvizet. Közepes lángon kezd el főzni a virágokat úgy, hogy csak lassan bugyogva forrjon. 30 - 35 perc főzés után szűrőszitán szűrd át egy

másik edénybe és jól nyomkodd ki a benne maradt folyadékot.

Öntsd hozzá a kristálycukrot, a vaníliás cukrokat és lassan bugyogva főzd 1,5 órát, hogy a hamis méz jól besűrűsödjön. Öntsd üvegekbe, zárd le jól a tetejét és fordítsd fejre az üvegeket így sokkal jobban lezáródnak az üvegek.

A fent megadott mennyiségből kb. 10 kis üveg gyermekláncfű mézre számíthatsz.

Készítette:

*Jarab László*

kertészmérnök

2000 Szentendre, Sztaravodai út \* [www.skanzen.hu](http://www.skanzen.hu)

**SKANZEN**

Szabadtéri  
Néprajzi  
Múzeum