

Cum preparăm suc de varză ca să ne jucăm și să învățăm cu dragonița Berta

Materiale:

Ingrediente:

- varză roșie
- o pungă mare de plastic pentru congelator
- congelator
- apă
- încălzitor (pentru a încălzi apa)
- lingură pentru a amesteca
- strecurătoare
- 2 castroane

Instrucțiuni:

1/ Tăiați varza roșie în bucăți mai mici și introduceți-le într-o pungă de plastic în congelator, lăsându-le să stea măcar de pe o zi pe alta (ele pot sta în congelator și 3 luni fără să-și piardă culoarea)

2/ Puneți aproximativ 1 litru de varză roșie congelată într-un castron. Turnați apă fierbinte deasupra, până ce acoperă varza aproape în întregime. Lăsați să se pătrundă timp de aproximativ 30 de minute.

3/ Strecurați amestecul pentru a îndepărta toate fragmentele de varză.

4/ Sucul de varză roșie pe care nu-l folosiți poate fi păstrat timp de câteva luni în congelator, într-o sticlă de plastic sigilată.