

Recept med äppelmust

Äppeldricka

1 äpple
1 bit kanelstång
5 dl färskpressad äppelmust
5 dl mineralvatten
ett par skivor citron
en strimma honung

Skala äpplet och skär bort kärnhuset. Skär äpplet i små bitar. Lägga bitarna i en stor tillbringare. Slå över äppelmusten, lägg i kanelstången och citronskivorna. Ringla över lite honung och rör om. Låt stå och dra ett par timmar eller över natten i kylskåp. Innan servering fyll på med mineralvatten och eventuellt is.

Dinkel- och äppelmustdrinka

1 dl Dinkel helkorn
2 dl vatten
7 dl färskpressad äppelmust
1 citron
honung efter behag

Dinkel helkorn och vatten kokas mycket sakta ca 1.5 timme. Sila av dinkelkornen som kan användas till brödbak. Häll den avsilade vätskan i en tillbringare och tillsätt lite honung, rivet citronskal och citronsaft. Låt svalna. Tillsätt äppelmusten och ev. en kvist pimpinell. Drycken är idealisk för hela sommardagar men även för att lindra och ge extra näring vid feber.