

Как приготовить очень полезный кофе? Часть 2

Итак, продолжаем усовершенствование любимого всеми нами, волшебного, приятнейшего, ароматнейшего, чудодейственнейшего напитка – кофе! С топинамбуром мы уже кофе попробовали, теперь попробуем сварить кофе из пшеницы или с добавлением оной.

Пшеничный кофе:

Пшеницу промыть, высушить и поджарить на сковороде (не пережарить), перемолоть на кофемолке и заваривать, как кофе, можно даже увеличить дозу – 2-3 ч. л. на 150 г воды.

Эту смесь можно просто смешать с небольшой дозой натурального молотого кофе: тогда содержание кофеина в напитке будет намного меньшим, а вкус – почти таким же.

Кофе из семян подсолнечника (семечек):

К 100 г зерен кофе добавить 100 г семян подсолнечника, обжаренного на сковороде и измельченного в кофемолке.

Можно приготовить даже желудевый кофе:

Спелые желуди очистить от кожуры, разрезать каждый на 3-4 части и сушить в духовке. Затем поджарить жёлуди, следя, чтобы они не подгорели, а превратились в хрупкую массу.

В кофемолке эта масса легко превращается в порошок бурого цвета.

Заваривать и пить, как обыкновенный кофе, с молоком или с сахаром.

Желудевый кофе особенно полезен детям при золотухе и рахите (кофе укрепляет брюшные органы и устраняет затвердения брыжеечных желез). Детям дают дважды в день: утром и после обеда.

А что вы скажете, если узнаете, что можно приготовить кофейный напиток из корней камыша?

Оказывается, и такое возможно. Корни камыша хорошо промыть, измельчить, высушить в духовке или на воздухе. Затем обжарить до темно-коричневого цвета и смолоть на кофемолке. Готовый кофейный напиток засыпают в горячую воду (из расчета 1 чайная ложка на стакан воды), нагревают до кипения, дают отстояться и разливают в стаканы, добавляя по вкусу сахар и молоко.

Как приготовить очень полезный кофе

Автор: admin

31.05.2012 20:25 -

Ну, а если даже «камышовый» кофе возможен, то уж из корней лопуха-то – и подавно... Да, не позавидуешь судьбе дикорастущих пищевых растений, которые составляют в основном обычные наши, так называемые сорняки. Мы их уничтожаем и тяпками и гербицидами, и корчем, и гоним от себя, а они всё льнут к нам, всё хотят доказать нам свою полезность.

Вот так и лопух. Горожане уж и забыли, что лопух всегда был довольно часто употребляемым в народе растением – в первую очередь, из-за его целебности; а потому в народной фитотерапии его использовали и как средство, стимулирующее обмен веществ, и при камнях в почках и мочевом пузыре, а так же при гастрите, язве желудка, подагре и ревматизме.

Кроме всего прочего, лопух обладает антибактерицидным действием, а также содержит много биологически активных веществ – витаминов, углеводов, белков, минеральных солей и органических кислот; есть в нём даже вещество, оказывающее противоопухолевое действие.

В Китае и Японии корни лопуха считают деликатесом и употребляют их как в печеном и жареном виде, так и вареными, и маринованными. Итак: заменитель кофе из корней лопуха:

Вымытые и очищенные корни молодого лопуха мелко нарезать, поджарить в духовке до темно-коричневого цвета и измельчить в ступе или кофемолке. Использовать смесь можно, как добавку к натуральному кофе вместо цикория или как самостоятельный кофейный напиток. Заваривать как обычный кофе: 1-2 чайные ложки на стакан кипятка.

И на десерт – кофе из сладкого, душистого терна (терновника):

Правда, используются здесь не сами ягоды, а зёрнышки, извлечённые из них. Косточки терна расколоть, ядрышки вынуть и подсушить, затем измельчить на кофемолке, после чего обжарить до коричневого цвета. Как известно, ядра косточек содержат ядовитое вещество – гликозид амигдалин, но после их обжаривания ядра становятся безвредными. Терновый кофе заваривают и пьют так же, как и натуральный – с сахаром, молоком или сливками.

Как приготовить очень полезный кофе

Автор: admin

31.05.2012 20:25 -

Вот видите, дорогие читатели, как можно разнообразить, усовершенствовать и «украсить» наш любимый напиток – кофе, и посему желаю вам только приятных ощущений в употреблении этих разнообразных новшеств!

Автор - **Марина Дутти**

[Источник](#)