Giugno 2007

Ho sempre saputo che i nostri Soci fossero delle buone ( anzi ottime ) forchette , ma non mi ero ancora resa conto di quanto fossero anche bravi cuochi ed appassionati di nuove ricette , tanto è vero che nelle pause dei vari Criteri molto spesso si parla di cucina e di ricette speciali e molti ci offrono quelle delle loro regioni

Il nostro Ivo Rizzardi , da buon montanaro , mi ha dato una ricetta in uso sulle sue montagne ; eccovela

**Sciroppo di sambuco**

10 / 12 fiori di sambuco se belli grandi - 14 / 16 se un po' più piccoli
l. 1 di acqua minerale non gassata
Kg. 1 di zucchero
gr.25 di acido citrico
3 limoni non trattati

** in un recipiente a bocca larga di acciaio , vetro o porcellana sciogliere lo zucchero nel litro d' acqua ed immergervi i fiori
** spremere bene i tre limoni ed aggiungere il succo ed anche le scorze dei limoni stessi
** aggiungere l' acido citrico
** lasciar macerare il tutto per 48 ore rimescolando con un cucchiaio di legno ogni tanto ( ogni 4 / 5 ore )
** filtrare con una garza nel colino molto fine

Si può usare anche subito come un qualunque sciroppo o conservare ben tappato in luogo fresco ed asciutto
E' una bibita dissetante , diuretica e vitaminica