

## Kasemahlajook meega



Kask on austatud ja väga mitmel moel kasutatav puu. Kasutatakse kõiki kase osi: oksa, pungid, mahla, lehti, tohtu ja puitu. Kase noored lehed, "hiirekõrvad", sisaldavad rikkalikult C-vitamiini. Varakevadisest kasemahlast saab valmistada suurepärase ergutusjoo.

### Vajalikud ained:

1 liiter värsket kasemahla (vaata tööleht "Janukustutus kaselt")  
2,5 detsiliitrit noori kaselehti.

**Märkus.** Kaselehtede puhkemise ajal võib mahlajooks juba kinni jääda. Seepärast pead lehtedega joogi valmistamiseks tooma oksad varakult tuppa ja katsuma lehtede puhkemise ajatada mahlajooksu alguseks (siis saad ajatatud okstelt vajalikud lehed ja õuest kasemahla). Teine võimalus on säilitada värsket kasemahla plastikpudelis sügavkülmas kuni kaselehtede puhkemiseni.

2 supilusikatäit mett  
poole sidruni mahl

### Töövahendid:

möötenõu, keedupott, sõel, kann saadava joogi jaoks, lusikas.

### Tee nii

1. Vala värsket kasemahla potti, lisa okstelt nopitud kaselehed ja keeda umbes 10 minutit.
2. Kurna keedus läbi sõela ja lase pisut jahtuda.
3. Lisa mesi ja sidrunimahl.
4. Lase joogil täielikult maha jahtuda ja pane külmutuskappi.
5. Serveeri külmalt.

### Märkmed

1. Kas tead, et kaselehtedest saadakse tööstuslikult klorofüllid, mida kasutatakse loodusliku värvainena maiustuste, paljude valmistoitude, marja- ja puuviljakonservide ning salatkastmete värvimiseks? Kui seda on toiduainetele lisatud, siis on see toidupakenditel märgitud lisainena E 140.
2. Otsi toidupoe kommiriulilt rohelisi komme (karamell, marmelaadid jm) ning loe pakenditelt, kas leiad kusagilt lisaine E 140.
3. Kui leidsid, siis pane kirja, mis maiustustes on seda kasutatud.

Nimi:

Vanus:

Klubi:

Juhendaja:

