

GUINEA CONAKRI

Carrer d'Enric Granados, 11 local 2

Cuina de Guinea Conakri

LA FLOR D'HIBISC

Les flors d'hibisc són grosses i vistoses, en forma d'embut o trompeta de colors diversos. L'hibisc és originari del Sudan i es pot trobar en regions càlides, temperades, subtropicals i tropicals. El fruit és una càpsula que conté diverses llavors.

La flor d'hibisc –també coneguda com a *rosa de Jamaica*– s'empra per fer infusions que es caracteritzen pel seu sabor, color i efectes beneficiosos sobre el sistema nerviós, ja que no té cap substància estimulants. A Egipte s'acostuma a rebre els convidats amb una beguda feta amb aquestes flors; i al Carib s'utilitzen per fer-ne mermelades.

Els seus usos medicinals i terapèutics són coneguts des d'èpoques llunyanes. Les flors, per exemple, serveixen per alleugerir la irritació de gola i per fer rentats oculars.

Cànem de Guinea

RECEPTA

▶ **INGREDIENTS**

Flors seques d'hibisc vermell
250 grams de sucre
Suc de taronja o pinya
Menta



Fàcil



30 min.



Mig

▶ **PREPARACIÓ**

Renteu les flors d'hibisc vermell. Poseu aigua al foc i quan estigui bullint afegiu-hi les flors.
Incorporeu-hi la menta fresca per donar gust i deixeu reposar la infusió durant 15 minuts fins a aconseguir un color vermell.
Coleu la infusió i afegiu-hi sucre al gust.
Aboqueu-hi el suc de taronja o pinya.
Serviu la beguda molt freda.

▶ **SUGGERIMENT**

Per donar un toc diferent, decoreu la beguda amb fulles de menta



Nivell de dificultat



Temps de realització



Preu