

Nucata – Lichiorul din nuci verzi cu multiple beneficii



Nucată (lichior din nuci verzi)



Nucata este un lichior obținut prin macerarea nucilor verzi, recunoscut pentru **proprietățile sale tonice și digestive**. Se consumă cu moderație, ca **remediu natural în diverse afecțiuni**. Literatura de specialitate menționează **numeroase utilizări terapeutice** ale acestui preparat tradițional.

Ingredientele sunt mai jos în descriere, iar rețeta pas cu pas este prezentată în video.

- 1 kg nuci verzi
- 2 lămâi bio
- 1 kg zahăr
- 1 litru de alcool dublu rafinat
- 1 baton de vanilie, sau esență, sau zahăr vanilat, după gust
- 1 baton de scorțișoară
- 1 nucșoară
- 4-5 cuișoare
- 1 litru de apă

1. Spălăm nucile verzi și le feliem subțire, cât mai

uniform, pentru a grăbi procesul de macerare.

2. Le punem în straturi într-un borcan mare, alternând cu felii de lămâie. Adăugăm un baton de scorțișoară, un baton de vanilie, 5–6 cuișoare și puțină nucșoară rasă. Turnăm peste ele alcool dublu rafinat de 96° până le acoperim complet, închidem borcanul ermetic și îl lăsăm la macerat 10 zile la temperatura camerei, agitând zilnic.
3. După cele 10 zile, pregătim un sirop din 1 litru de apă și aproximativ 1 kg de zahăr, pe care îl fierbem până capătă o nuanță ușor gălbuie, apoi îl lăsăm să se răcească complet. Turnăm siropul peste nucile din borcan, amestecăm ușor pentru omogenizare și închidem din nou recipientul. Lăsăm totul la macerat încă 20 de zile, într-un loc întunecos și răcoros.
4. La final, strecurăm lichidul, îndepărtăm resturile solide și îl îmbuteliem în sticle curate. Lăsăm sticlele câteva zile la frigider, apoi putem servi câte 20 ml dimineața și seara, timp de 1–2 săptămâni.