

# شیرین کردن پوست پرتقال

پرتقال میوه ای پاییزی است و در پاییز که پرتقال فراوان است عده ای مبادرت به خشک کردن این میوه ی خوش‌عطر می کنند که از طعم و عطر و همچنین خواص جادویی پرتقال در دیگر فصول سال بهره مند شوند.

این میوه به دلیل وجود آنتی اکسیدان ها و ویتامین ث موجود در آن، برای سلامتی و رفع سرماخوردگی بهترین گزینه است، خشک کردن این میوه پرخاصیت بسیار خاص است.

## برای شیرین کردن پوست پرتقال به طرز صحیح:

پرتقال‌ها را در ظرف بزرگ ریخته و پوست آن‌ها را به خوبی شستشو دهید.

- **جدا کردن پوست پرتقال:** در این مرحله می‌بایست پوست پرتقال‌ها را با چاقوی بسیار تیز و یا رنده جدا کنید، به طوری که قسمت‌های سفید پرتقال از پوست نارنجی آن به خوبی جدا شود، چرا که بخش عمده تلخی پوست پرتقال به دلیل وجود قسمت‌های سفید آن است.

- **جوشاندن پوست پرتقال:** در این مرحله از گرفتن تلخی پوست پرتقال، ظرفی را پر از آب کرده و بگذارید به جوش بیاید. سپس پوست پرتقال‌ها را درون آب در حال جوش ریخته و اجازه دهید بار دیگر آب به جوش آمده و پوست‌ها با آب کمی جوش بخورند. سپس آن‌ها را در یک آبکش ریخته و بگذارید تا آب آن‌ها خارج شود.

- **دادن عطر و طعم به پوست پرتقال:** ابتدا مقداری آب سرد را به همراه کمی گلاب و شکر مخلوط کنید. برای خوشبوتر شدن یک یا دو دانه هل نیز به آن اضافه کنید. سپس پوست‌ها را درون آن ریخته و در ظرف را ببندید. این مخلوط را به مدت ۲۴ ساعت در یخچال بگذارید. بهتر است در طول این مدت ۲ الی ۳ بار آب آن را تعویض کنید. بعد از آن پوست پرتقال شیرین شده و آماده مصرف است.