

# روش تهیه شربت آبلیمو برای ۲۰ نفر

9 تیر 1405

شربت آبلیمو خانگی، این شربت سنتی با طعمی دلپذیر، عطش را ریشه‌کن کرده، انرژی‌بخش است و با افزودنی‌هایی مثل گلاب و زعفران، جلوه خاصی به سفره شما می‌دهد.

ترکیب ساده آبلیموی تازه با شکر یا عسل، گلاب، زعفران و حتی خاکشیر، نه تنها طعمی بی‌نظیر ایجاد می‌کند، بلکه خواص درمانی فراوانی از جمله تقویت سیستم ایمنی، کمک به هضم غذا و پیشگیری از گرمزدگی را به همراه دارد.

## طرز تهیه شربت آبلیموی خانگی برای ۲۰ نفر

برای تهیه شربت آبلیمو به مقدار ۲۰ لیوان (هر لیوان حدود ۲۵۰ میلی‌لیتر)، کافی است مواد زیر را به‌دقت اندازه‌گیری کنید. این دستور بر اساس نسبت طلایی (۲ به ۱ شکر به آبلیمو) تنظیم شده است.

مواد لازم مقدار برای ۲۰ نفر

شکر (یا مخلوط شکر و عسل) ۱ کیلوگرم (۵ پیمانه ۲۰۰ گرمی)

آبلیموی تازه (ترجیحاً لیمو شیراز) ۵۰۰ گرم (۲/۵ پیمانه یا حدود ۵۰۰ میلی‌لیتر)

آب خنک ۱۵ پیمانه (معادل ۳/۷۵ لیتر)

گلاب (اختیاری، برای عطر بهتر) ۲۵۰ میلی‌لیتر (۱/۲۵ پیمانه)

زعفران دم‌کرده غلیظ (برای نسخه مجلسی) ۴ تا ۵ قاشق غذاخوری (اختیاری)

نکته: اگر از عسل به‌جای بخشی از شکر استفاده می‌کنید، حداکثر ۲۰۰ گرم عسل را با ۸۰۰ گرم شکر جایگزین کنید تا کالری کمتری داشته باشد.

## مراحل تهیه شربت آبلیمو

مرحله اول؛ حل کردن شکر و آبلیمو

در یک کاسه یا قابلمه بزرگ، شکر و آبلیمو را با هم مخلوط کنید و هم بزنید تا شکر تا حد ممکن حل شود (می‌توانید از آبلیموی ولرم استفاده کنید تا حل شدن سریع‌تر شود). سپس گلاب را اضافه کرده و خوب مخلوط کنید.

مرحله دوم؛ ترکیب با آب

آب خنک را به مخلوط اضافه کنید و هم بزنید تا کاملاً یکدست شود. اگر از زعفران استفاده می‌کنید، در همین مرحله آن را بیفزایید و هم بزنید.

مرحله سوم؛ خنک‌سازی و تزیین

پارچ یا ظرف شربت را حداقل ۲ ساعت در یخچال قرار دهید تا خنک شود. برای تزیین، از حلقه‌های خیار، برش‌های لیموی تازه، برگ نعنا یا یخ‌های قالبی استفاده کنید تا جلوه‌ی مجلسی بگیرد.

### نکته طلایی:

برای تهیه‌ی شربت غلیظ (نگهداری در یخچال) می‌توانید شکر و آب را به نسبت ۲ به ۱ روی حرارت بجوشانید تا شربت قوام آید، سپس آب‌لیمو را اضافه کنید و هنگام سرو با آب رقیق کنید.