

چطور آبلیمو خانگی بگیریم؟

16 مرداد 1402

تهیه [آبلیمو](#) در خانه یکی از بهترین راه‌های استفاده از خواص لیمو است که برای تازه ماندن و جلوگیری از تلخی آن به این تکنیک‌ها باید توجه کنید. در این مطلب طرز تهیه آب لیموی تازه و خانگی را آموزش می‌دهیم.

طرز تهیه آب لیمو در منزل

اولین مرحله انتخاب لیموهای مناسب و سنگین است، هرچه لیمو سنگین‌تر باشد آبدارتر است، همچنین لیموهای کوچک‌تر ترش‌تر هستند. لیموهای خریداری شده را به مدت یک شب تا صبح درون ظرفی پر از آب ولرم خیس کنید. با این ترفند آب لیموها بیشتر گرفته می‌شود و لیموها خشک نیز نرم تر می‌گردند.

اگر لیمویی به شکل کپک زده و گندیده در میان لیموها بود آن را جدا کرده و دور بریزید.

اگر مقدار لیموهای شما کم است سعی کنید که در منزل آب آنها را توسط آبمیوه‌گیری دستی تهیه کنید چرا دستگاه‌های آبمیوه‌گیری، هسته لیمو را نیز له کرده و موجب تلخ شدن آب لیمو می‌شوند.

دستگاه آبگیری را قبل از شروع کار به طور کامل شستشو داده و خشک کنید تا امکان وجود هرگونه میکروب و آلودگی از بین برود.

اگر می‌خواهید که آب لیمو را برای مدت طولانی نگهداری کنید باید پس از آبگیری، آب لیمو را از صافی عبور دهید زیرا تفاله‌های موجود در آب لیمو باعث زودتر خراب شدن آن می‌شود. از این تفاله‌ها نیز می‌توان بار دیگر استفاده کرد، بدین صورت که آنها را در بسته‌های کوچک قرار داده و در فریزر بگذارید. در تهیه غذا و یا شربت لیمو می‌توانید از این تفاله‌ها استفاده کنید، این تفاله‌ها موجب خوشمزه تر شدن شربت و غذا می‌شوند.

آب لیموی تهیه شده را در بطری نگهداری کنید. بطری‌ها را از قبل خوب بشویید و سپس خشک کنید. بعد آبلیمو را در بطری بریزید و در آن را کاملاً محکم کنید. در صورتی که هوا وارد بطری شود آب لیمو خراب و سیاه خواهد شد.

برخی افراد برای پیشگیری از خراب شدن آب لیمو، آن را می‌جوشانند که کاملاً اشتباه است زیرا موجب از بین رفتن خواص و ویتامین C لیمو می‌شود. جدا کردن هسته و تفاله‌ها برای جلوگیری از خراب شدن آب لیمو و رعایت نکات زیر کافی است.

از بین بردن تلخی آب لیمو با هویج ، نمک و سیاه دانه

دکتر کبری درویش پیشه
مرکز مشاوره

حال خوب

ازدواج ، طلاق ، خانواده ، تحصیلی
قزوین ، خیابان شهید بابایی، مقابل دادگستری قزوین

۰۹۱۰۲۹۰۴۷۵۸
۰۲۸۳۳۶۷۲۷۵۰

باتعین وقت قبلی

دستگاه هایی که آب لیمو تهیه می کنند موجب له شدن هسته لیمو می شوند. اگر آب لیموی شما بسیار تلخ است برای رفع آن یک هویج متوسط را پوست گرفته و در داخل شیشه آب لیمو قرار دهید و بعد از یک شبانه روز آن را از شیشه خارج کنید. هویج تلخی آب لیمو را به خود جذب می کند.

گاه فشاری که برای تهیه آب لیمو به پوست لیمو وارد می شود می تواند باعث ترکیب روغن های اسانسی موجود در آن با آب لیمو شود و چون ترکیب برخی از این روغن ها تلخ است منجر به تلخ شدن آب لیمو می شود. البته باید توجه داشت که این ترکیبات تلخ آسیبی به بدن وارد نمی کند.

داخل آب لیمو نباید هسته یا تفاله ای باقی بماند. پس از اتمام آبگیری، آب لیمو را از یک صافی تمیز و خشک عبور دهید تا خالص شود.

هنگام پر کردن بطری ها به اندازه یک قاشق از سر بطری را خالی نگه دارید و روی آب لیمو به ازای هر لیتر یک قاشق مرباخوری نمک بریزید تا علاوه بر رفع تلخی آب لیمو موجب ماندگاری بیشتر آن شود. سپس درب بطری را محکم ببندید تا هوای وارد آن نشود.

برای استفاده طولانی مدت از آب لیمو، پس از اینکه آب لیموها را در بطری ریختید، چند عدد سیاه دانه در بطری بریزد تا ماندگاری آب لیمو را بیشتر کرده و از خراب شدن آن جلوگیری کند.

برای نگهداری آب لیمو هرگز از ظرف یا بطری های پلاستیکی استفاده نکنید زیرا ترشی آنها باعث اکسیده شدن ظروف و سمی شدن آب لیمو می شود.