

## **Πώς να φτιάξετε χυμό από λάχανο για να παίξετε και να μάθετε με την Μπέρτα τον δράκο**

### **Υλικά:**

#### **Συστατικά:**

- Κόκκινο λάχανο
- Μεγάλη πλαστική σακούλα κατάλληλη για καταψύκτη
- Καταψύκτης
- Νερό
- Συσκευή θέρμανσης (για να ζεστάνετε το νερό)
- Κουτάλι για ανάδευση
- Σουρωτήρι
- 2 μπολ

### **Διαδικασία:**

1/ Κόψτε το κόκκινο λάχανο σε μικρότερα κομμάτια, τοποθετήστε τα σε μία πλαστική σακούλα και μετά στον καταψύκτη τουλάχιστον για ολόκληρο το βράδυ (μπορούν να μείνουν στον καταψύκτη μέχρι 3 μήνες χωρίς να χάσουν το χρώμα τους)

2/ Τοποθετήστε περίπου ένα λίτρο παγωμένου κόκκινου λάχανου σε ένα μπολ. Ρίξτε πάνω του καυτό νερό μέχρι να καλυφθεί το περισσότερο από το λάχανο. Αφήστε το να μουλιάσει για περίπου 30 λεπτά.

3/ Φιλτράρετέ το με το σουρωτήρι για να απομακρύνεται όλα τα κομμάτια του λάχανου

4/ Ο χυμός από κόκκινο λάχανο που δεν θα χρησιμοποιήσετε μπορεί να διατηρηθεί για αρκετούς μήνες σε ένα κλειστό πλαστικό μπουκάλι στον καταψύκτη.