**Świeżo wyciskany sok jabłkowy - zakręć szczęście w butelce**

**Zapasteryzuj zapasy na zimę!**

**Świeżo wyciskany sok jabłkowy - poznaj jego właściwości**

**Piękny smak i jeszcze piękniejszy zapach**

**Świeżo wyciskany sok jabłkowy** jest wiecznie bijącym źródłem witamin i minerałów. Co ważne jabłka mają całe mnóstwo błonnika pokarmowego, który świetnie działa na trawienie. W krajach zachodu, a konkretnie w Anglii mówi się, że jedno jabłko dziennie trzyma lekarza z dala ode mnie. To piękne powiedzenie, które jest szczerą prawdą. Jednak nie każdy przepada za chrupaniem świeżych jabłek, jednak są sposoby na spożywanie jabłek, tak by nie musieć jeść surowego pożywienia.

**Rozkosz dla zmysłów czyli świeżo wyciskany sok jabłkowy**

Równie dobre, a nawet lepszy, gdyż dużo łatwiej przyswajalny jest *świeżo wyciskany sok jabłkowy*. Picie go rozwiązuje wiele problemów, jednak należy zwrócić uwagę na to, jak wyciskamy ten sok. [Świeżo wyciskany sok jabłkowy](https://vitamoc.pl/blog/przepisy/sok-jablkowy-z-wyciskarki) wiele zależy od wyciskarki. Należy zwrócić uwagę, czy używamy wyciskarki wolnoobrotowej, która zupełnie inaczej radzi sobie z jabłkami i nie pozbawia ich zalet i witamin poprzez wysoką temperaturę. Świeżo wyciskany sok jabłkowy wyciśnięty przez wyciskarkę wolnoobrotową zachowuje wszystkie składniki odżywcze. Jeśli wykonamy zbyt wiele soku z powodzeniem można zawekować sok bądź zapasteryzować na zimę. Sok należy przelać do wyparzonych butelek, które pozbawione zostały bakterii.

