



## Receta 2

# URRABURU ZEBITXEA



### Badakizu...?

Jengibre Txinako medikuntza tradizionalan gehien erabiltzen den landareetako bat da, haren propietate ugariak direla eta: erreumak eta hilekoak eragindako minak arintzen ditu, gripearen eta marrantaren aurka eraginkorra da, espektoria errazten du eta digestioan laguntzen du, besteak beste. Osorik edo hautsetan erosi dezakezu. Gehitu entsaladetan, likidotuetan, gisatuetan eta azkenburuetan.

### OSAGAIK:

// 2 kg-ko urraburu bat // piper berde bat // tipula gorri bat // 6 errefaus // 100 ml oliba-olio birjina // laranja erdiaren birrindura // limoi erdiaren birrindura // 50 ml laranja-zuku // 2 tanta tabasko // koilarakada txiki bat jengibre arraspatu // piperbeltza // gatza

### PRESTAKUNTZA:

**1.** Ireki piperra, kendu harizpiak eta haziak eta moztu xerra finetan. Nahasi katilu batean limoiaren eta laranja birrindurak eta zukuak, tabaskoa, piper-xerrak eta gatza. Gorde prestakina hozkailuan. **2.** Zuritu tipula eta moztu xafla fin-finetan. Utzi ontzi batean ur hotzez estalita. Zatitu errefaus xaflatan. **3.** Kendu burua urraburuari, hustu eta atera solomoak. Moztu luzeran, xerra fin-finak egiteko. Jarri zerbitzatzeko plateretan. Estali film-paperez eta utzi hozkailuan. **4.** Zerbitzatzeko unean, xukatu tipula-eraztunak. Kendu plateretako film-papera eta busti urraburu-xaflak zuku eta piperren prestakinarekin. Gehitu piperra eta gatza eta isuri oliba-olioa urraburuaren gainean. Banatu tipulak eta errefaus eta zerbitzatu berehala.



San Martin