

Josta leči malokrvnost : Gastronomad, nova epizoda u ponedjeljak, 7. februara, u 13:30, na RTS 1

Josta je nastala ukrštanjem crne ribizle i ogrozda, plodovi su krupni i crne boje. U našim krajevima poznata je i kao crni ogrozd ili jošta. Ima deset puta više vitamina C nego limun, leči malokrvnost, čisti jetru, krvne sudove, bubrege i dobra je za jačanje imuniteta. Zbog specifičnog ukusa i brojnih lekovitih svojstava povećava se interesovanje gastronoma za ovu lekovitu biljku. Plodovi se koriste za kuvanje, ali i preradu u sokove, džem ili vino.

Katarina Petrović Kaja, u novoj epizodi Gastronomada, u ponedjeljak, 7. februara, u 13:30, na RTS 1, pokazaće kako da pripremimo biftek u sosu od joste na pireu od paškanata.