

UKENDUA

Ikustezin bihurtzeko ukendua

Osagaiak:

- 90 urteko gizon baten lau ile.
- Txerri baten 2cl muki.
- Behi baten urdaiaren laurdena.
- Ustelduta dauden 3 sardina.
- Zure aitonaaren belarrietako argizaria. (Edo edozein aitonaarena)
- Hildako ardi baten hezur bat.

Txerriaren mukiak hartzeko, txerria lotan dagoen bitartean sudurraren azpian potetxo bat jarri eta potean mukiak erortzeko, hitz hauek esan behar dira:

Txerri, txerritxo,
Behar dut zure mukitxo,
Lotan egon arren,
Emadazu, eta kitto.

Lehenengo 3 litro ur eta $\frac{1}{2}$ litro esne lapikora bota eta irakiten jarri. Ura eta esnea nahiko bero daudenean, 90 urteko gizonaren lau ileak lapikora bota.

Geroxeago txerri mukiak botako ditugu, baina lehenago, zuk dastatu beharko dituzu pixka batean. Ez duzu asko dastatu beharrik, baina jaten ez baduzu, ukenduak ez du efekturik izango. Oso garrantzitsua da!

Gero behiaren urdaiarekin hasiko gara. Behiaren urdaia, ez da osorik bota behar, sei zatitan zatitu labanarekin, gero batidorarekin irabiatu eta gero lapikora bota. Lau sardina ustelduak lapikora bota eta goilara batekin ondo irabiatu. Aitona baten belarrietako argizaria bota, eta azkenik, ardi hil baten hezur bat bota ardi zapore pizka bat har dezan, baina gero lapikotik atera hezurra.

Ukendua nola erabili:

Pasta bat bezala aterako zaizu, hori gorputzeko atal bakoitzean eman behar duzu, eta bi minututan ikustezin bihurtuko zara.