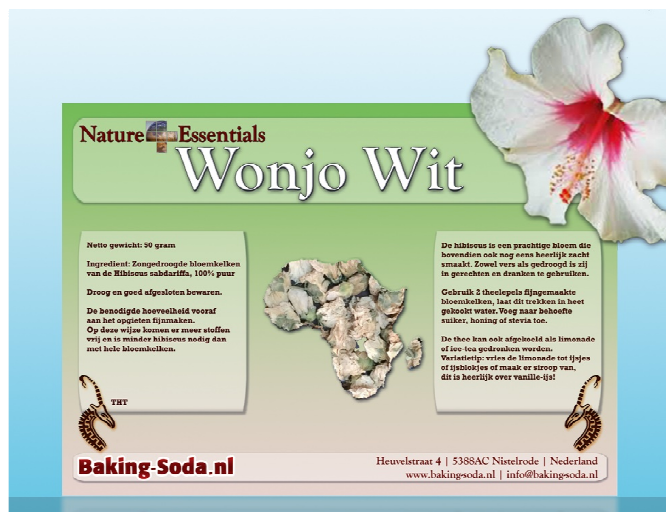


### Algemene informatie

Wonjo wit is de benaming voor de Hibiscus Sabdariffa. De gedroogde bloemen kunnen als theesoort onbeperkt gebruikt worden, zowel warm, lauw als koud.

De thee is uitermate geschikt als ijsthee of limonade. De bloemblaadjes worden in heet of koud water getrokken. Hoe langer de blaadjes in het water trekken des te sterker de smaak van het sap.

Deze Hibiscus wordt veelvuldig gebruikt in de cosmetica waaronder gezichtsmasker, lippenbalsem, olie e.d. Hibiscus Sabdariffa is ontstekingsremmend, verzachtend en samentrekkend. Zij is om deze redenen ook zeer geschikt voor een kruidenbad. De Wonjo bevat ijzer, vitamine c, anti-oxidanten en heeft een wetenschappelijk aangetoonde bloeddrukverlagende werking. In Afrika wordt het toegepast als een licht diureticum, voor vaatbescherming en bij urineweginfecties.



### Recepten

Overgiet 1 eetlepel Wonjo met een liter heet gekookt water. Voeg suiker naar behoefte toe. Voor ijsthee kun je de Wonjo goed laten afkoelen en in een glas met ijsblokjes schenken. Voor ijsthee en Wonjo-ijs is er wat meer suiker nodig, omdat door de afkoeling de zoetkracht afneemt.

#### Special Wonjo Cocktail

- 1 theelepel gemberpoeder
- 100 ml gele rum;
- 1 limoen;
- 4 kruidnagels
- 100 ml koude Wonjo thee (eventueel met honingsuiker);
- 1 kaneelstokje
- sodawater.

Voeg de gember toe aan de rum in een cocktailshaker. Pers de limoen erboven uit en voeg kruidnagels, thee en kaneel toe. Voeg ijs toe en schud. Schenk door een zeef in twee hoge met ijs gevulde glazen en vul aan met sodawater.

Maak een ijsthee van Wonjo die behoorlijk sterk gezoet is. Giet deze in ijsvormpjes en laat ze in 3 tot 4 uur volledig bevroren in de diepvriezer.

Voor ijs is het beter om basterdsuiker te gebruiken in plaats kristalsuiker. Basterdsuiker heeft een veel fijnere structuur dan kristalsuiker. De waterijsjes vormen hierdoor meer een geheel en ze worden gladder.

### Achtergrond en geschiedenis

Op de lokale markt in Afrika wordt het sap in plastic zakjes verkocht, meestal in de vorm van ijs. De bladeren van de plant worden in Afrika als groente gebruikt. De vezels van de plant worden gebruikt als alternatief voor jute voor het maken van weefsel.

Ook in het Middellandse zeegebied en in Midden- en Zuid-Amerika (vooral Suriname) wordt deze plant veel gebruikt.

