

# Dynia kiszona



Autor: FoodSafari

Przepisów: 248 Ocena: 1713



&gt; 6 os.



&gt; 60 min



łatwe



tanie



## Składniki:

- 3 kg dyni piżmowej, najlepiej użyć podłużnej części
- kilka ząbków czosnku
- wiązka kopru
- laska cynamonu
- kilka goździków
- gwiazdka anyżu
- około 3 litry wody
- 3 łyżki soli morskiej
- łyżeczka gorczycy
- łyżeczka ziaren kolendry
- pół łyżeczki ziaren kozieradki
- łyżeczka ziaren kolorowego pieprzu
- 2 żółte papryczki chili
- kawałek imbiru
- 2 szalotki

## Sposób przygotowania:

- 1 Dynię obieramy ze skórki, kroimy ją w kostkę lub w słupki. Do kamionkowego naczynia wsypujemy przyprawy, imbir, szalotki, chili i czosnek. Przekładamy dynię. Zalewamy letnią wodą z solą. Na wierzchu układamy koper. Na wierzchu ustawiamy talerzyk z odważnikiem, by wszystkie kawałki dyni były zanurzone. Odstawiamy na 3-4 dni w ciepłe miejsce do zakiszenia. Gdy dynia jest już dobra, przekładamy ją do słoików, zalewamy sokiem spod kiszenia i odstawiamy do lodówki, by zatrzymać proces kiszenia.

Taką dynię podajemy jako zdrową przekąskę do chrupania, dodatek do kanapek, sałatek....

## Twoje notatki do przepisu: