

# Kiszone buraki- zakwas na barszcz czerwony

Autor: **EWAM45**Przepisów: **143** Ocena: **1604**

5-6 os.



60 min



łatwe



tanie



## Składniki:

- ok. 1 kg. czerwonych buraków
- 2 małe marchewki jedna pietruszka kawałek selera
- 1 łyżka soli niejodowanej
- 1 łyżka cukru 1 cebula 6-7 ząbków czosnku
- 1 łyżeczka kminku
- 2 liście laurowe
- 2 litry wody 1 kromka chleba razowego na zakwasie

## Sposób przygotowania:

- 1 Buraczki najlepsze jeśli z własnej lub pewnej uprawy. Dobrze płuczemy, obieramy w rękawiczkach, ponieważ barwią. Marchewkę seler, cebulę i pietruszkę również obieramy. Warzywa kroimy na większe kawałki i układamy w kamiennym garnku lub słoju. Na wierzch dodajemy pokrojone buraczki.
- 2 Wsypujemy kminek i liście laurowe. Dodajemy również ząbki czosnu ( jeśli duże kroimy na mniejsze).  
Wodę zagotowujemy, dodajemy sól i cukier , mieszamy i studzimy. Zalewamy buraczki. Kładziemy kromkę chleba. Całość dobrze jest obciążyć małym talerzykiem. Naczynie zakrywamy ściereczką. Trzymamy w ciepłym miejscu. Po 7 dniach zakwas powinien być gotowy. Na wierzchu pojawi się biały korzuszek należy go zdjąć ,a sok odcedzić do butelek . Trzymać w lodówce.

## Twoje notatki do przepisu: