

Okra kiszona

Autor: **FoodSafari**Przepisów: **247** Ocena: **1579**

> 6 os.



> 60 min



łatwe



przystępne



Składniki:

- okra dowolna ilość
- zalewa proporcje na 1 litr:
- 1,5 łyżki soli morskiej
- Przyprawy:
- kilka ziaren pieprzu
- 1-2 ziela angielskie
- pół łyżeczki ziaren kolendry
- pół łyżeczki ziaren pieprzu
- 1/4 łyżeczki ziaren kozieradki
- pół łyżeczki ziaren gorczycy
- ząbek czosnku
- gałązka kopru
- 1-2 papryczki chili

Sposób przygotowania:

- 1 Przyprawy wsypujemy do słoja. Okrę i chili przekładamy do słoja. We wrzątku rozpuszczamy sól. Wodą z solą zalewamy okrę, woda powinna je przykryć. Na wierzchu kładziemy talerzyk i go obciążamy, by warzywa były zanurzone. Odstawiamy na 3-7 dni w ciepłe miejsce do zakiszenia. Gdy warzywa są już ukiszone, zdejmujemy talerzyk, słoik zakręcamy i odstawiamy do lodówki.

Kiszoną okrę podajemy jako samodzielną przekąskę, można też użyć jej do sałatki lub zupy.

Twoje notatki do przepisu: