

Zakwas na żurek dla spóźnialskich

Kto jeszcze nie zdążył zrobić zakwasu na żurek, jeszcze zdąży. Zakwas potrzebuje około 3 dni do nabrania odpowiedniego smaku. Oczywiście im dłużej, tym lepiej. W sklepach ze zdrową żywnością można kupić mąkę żurkową, którą polecam lub skorzystać z mąki żytniej 2000.





Składniki na litr zakwasu:

- 1 litr wody,
- 3 łyżki mąki razowej żurkowej,
- 2 listki laurowe,
- 5 ząbków czosnku,
- 3 ziela angielskie

Przygotowanie

1. W dużym słoiku wymieszać mąkę z przegotowaną letnią wodą.
2. Dorzucić czosnek.
3. Odstawić na dwa dni.
4. Po tym czasie dodać resztę przypraw.
5. Zakwas jest gotowy po 3 dniach. Smacznego.

