Zakwas pszenno-gryczany

H A B I B I

Polecane na: **przetwory**

Kuchnia (region): **arabska**

Warto wiedzieć:

5 min

20 porcji

Składniki:

- Woda źródlana - 1,5 litr
- Mąka pszenna chlebowa - 7-10 łyżka
- Mąka gryczana (palona) - do smaku
- Liście laurowe - 2-3 szt.
- Ziele angielskie - kilka
- Czosnek - 1 główka
- Skórka żytniego chleba na zakwasie - 1 kawałek

Sposób przygotowania:

KROK 1: Słoiki wyparzyć. Mąki połączyć. Od ilości mąki gryczanej zależy smak gotowego zakwasu - mąka pszenna pozostaje dość neutralna w smaku.
Mieszankę mąki zalać wodą o temperaturze pokojowej, wrzucić przyprawy oraz po kawałku skórki czerstwego chleba. Słoiki nakryć gazą lub ręcznikiem papierowym, zabezpieczyć gumką. Odstawić w ciepłe miejsce na kilka dni - mieszać 2 razy dziennie czystą łyżka lub widelcem. Kiedy zakwas osiągnie odpowiedni poziom kwasowości wyjąć przyprawy i chleb. Zakręcić słoiki pokrywką
i i wstawić do lodówki.