



Zakwas z buraków

 PrzepisyMargaretki

Polecane na: [przetwory](#)

Kuchnia (region): [arabska](#)

Warto wiedzieć:

 30 min

 4 porcje

Składniki:

buraki - 1 kg
czosnek - 8 ząbek
woda - 1 litr
sól himalajska - 1 łyżeczka

ziele angielskie - 1 łyżeczka
pieprz ziarnisty - 1 łyżeczka
liść laurowy - 4 szt.

Dodatkowe info:

Na bazie zakwasu można przygotować wigilijny barszcz.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Buraki obrać, pokroić w kostkę. Czosnek obrać. Wodę zagotować z solą, ostudzić. Do szklanego naczynia włożyć buraki, dodać czosnek, ziele angielskie, pieprz ziarnisty i liście laurowe.

KROK 2: Zalać ostudzoną wodą z solą, odstawić w ciemne i chłodne miejsce na 4-6 dni. Można kontrolnie codziennie zamieszać.