

ZUPPE E MINESTRE

Kvas di farina di segale

LUOGO: Europa / Ucraina

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



INGREDIENTI

4 tazze di farina integrale

6/8 tazze d'acqua a temperatura ambiente.

PREPARAZIONE

- 1 Mettere la farina in una pentola e incorporare gradualmente l'acqua fino a che il tutto sia ben amalgamato e della consistenza della pasta per le frittelle. Coprire con un panno. Mettere in un luogo caldo per 48 ore. Il preparato farà delle bolle. Quando del liquido marrone sale in superficie ed il preparato smette di fare le bolle, è pronto. Togliere la schiuma. Riempire la casseruola con acqua fredda e mescolare. La farina sedimenterà sul fondo nel giro di qualche ora. Togliere il liquido e far raffreddare in vasetti.