

ZUPPE E MINESTRE

Zuppa Zur

LUOGO: Europa / Polonia

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



PREPARAZIONE

1 Il succo inacidito (con il borsch) per lo zur dovrebbe essere preparato in anticipo e viene preparato così: scaldare 2 tazze di farina integrale con dell'acqua bollente, versarne una quantità sufficiente a formare un impasto morbido.

Quando si raffredda aggiungere 75ml d' acqua a temperatura ambiente e metteteci dentro un pezzo di pane integrale. Mettete il composto in un vasetto di vetro, chiudete con una garza e lasciatelo riposare al caldo per 3 giorni.

Cuocere 75ml di brodo vegetale con dei funghi essiccati e aggiungere 40ml di borsch bianco al brodo caldo. Non filtrate questo brodo perché potrebbe risultare piuttosto denso. Se lo zur non è sufficientemente acido aggiungere un po' di borsch bianco.

Aggiungere uno spicchio d'aglio con 4 patate tagliate a cubetti. Quando le patate sono cotte salare a piacere.