

Zkvašení zelných listů

Kategorie: [Ostatní](#)

Autor: wencek



Suroviny

Porce: 1

- hlávkové zelí 1 ks
- vařící voda 1 l
- kmín 1 lžice
- sůl 20 g

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Kvašení

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

1. Z očištěné hlávky zelí vyřízneme košťál a hlávku zalijeme vařící vodou
2. Po 3 minutách velké listy odřízneme, stočíme je, dáme do větší láhve a opatrně zalijeme horkou vodou se solí a kmínem (na 1 l vody 20 g soli)
3. Listy mírně zatížíme, aby byly potopeny, sklenici povážeme a postavíme na teplé místo, kde listy za 1 týden zkvasí.

Poznámka:

recept na jednu litrovou sklenici