

# ANIA STARMACH

## Barszcz czerwony na zakwasie

### Co kupić?

#### Zakwas

- 2kg** buraków
- 1 mała główka czosnku
- 2 liście laurowe
- 3 ziarna ziela angielskiego
- 2 ziarna pieprzu
- 1 łyżka soli
- woda mineralna

#### Barszcz

- 2.5l** wody
- 2 korzenie pietruszki
- 1 mały por
- 2 marchewki
- 0.5** selera
- 1 cebula
- 20g** suszonych grzybów
- 2kg** buraków
- 1l przygotowanego wcześniej zakwasu
- 1 liść laurowy
- 2 ziarna ziela angielskiego
- sól, pieprz

# ANIA STARMACH

## Jak przygotować?

### Zakwas

1. Buraki obierz lub dokładnie umyj.
2. Cienko je pokrój lub zetrzyj na plasterki na tarce tzw. mandolinie.
3. Układaj, dociskając w kamionkowym lub szklanym naczyniu.
4. Pomiędzy buraki włóż przepołowiony czosnek i przyprawy.
5. Całość zalej wodą (tak, aby przykrywała buraki, nie więcej).
6. Naczynie przykryj ściereczką i odstaw w chłodne miejsce.
7. W zależności od temperatury zakwas będzie gotowy po 3–7 dniach (jest gotowy, gdy na powierzchni wytworzy się charakterystyczna piana).

### Barszcz

8. Warzywa umyj, obierz, pokrój w grubą kostkę.
9. Przełóż do garnka, dodaj liście laurowe i ziele angielskie, zalej wodą i gotuj na średnim ogniu około godziny. Po tym czasie odcedź warzywa (nie będą Ci już potrzebne).
10. Grzyby zalej 150 ml wody, po 20 minutach grzyby i wodę przełóż do rondelka, gotuj na małym ogniu około 30 minut.
11. Buraki obierz i pokrój w grube plastry lub kostkę.
12. Buraki gotuj w wywarze około 40–50 minut, po tym czasie (gdy zmiękną) wyłów je (nie będą Ci już potrzebne).
13. Do garnka wlej zakwas do smaku (sam płyn, bez buraków, około 600 ml – 1 l) oraz wodę spod grzybów i grzyby. Dopraw do smaku solą i pieprzem.
14. Barszcz podgrzewaj, ale nie gotuj!
15. Podawaj np. z kapuśniaczkami (przejdź do przepisu).