

# ANIA STARMACH

## Zakwas na żurek

### Co kupić?

- 1 szklanka mąki żytniej razowej
  - 3 szklanki letniej przegotowanej wody
  - 3 ząbki czosnku
  - 3 świeże liście laurowe
  - 3 ziarna ziela angielskiego
  - 5 ziaren pieprzu
- skórka z 1 kromki razowego chleba

### Jak przygotować?

1. Aby przygotować zakwas, wsyp mąkę do wysokiego naczynia kamionkowego lub szklanego, zalej ją połową ciepłej wody, wymieszaj.
2. Dodaj resztę wody, czosnek, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz oraz skórkę chleba, wymieszaj ponownie.
3. Odstaw w ciepłe miejsce na 3 dni, pamiętając o tym, aby codziennie wymieszać zawartość naczynia.