



BARSZCZ NA ZAKWASIE

Składniki:

- zakwas z 1 - 1,5 kg buraczków - przepis na www.bezglutenowakuchnia.pl
- 35 - 40 dkg żeberek
- 10 dkg wędzonego boczku
- pęczek włoszczyzny
- 1/2 szklanki suszonych grzybów
- sól lub bezglutenowa przyprawa warzywna
- *opcjonalnie kilka liści lubczyku*

Wykonanie:

- do większego garnka wlać 1 l wody, włożyć żeberka i zagotować
- obrać włoszczyznę
- zalać grzyby wrzątkiem
- zdjąć szumy, dołożyć włoszczyznę, lubczyk, lekko osolić lub doprawić przyprawą warzywną i dalej gotować na małym ogniu, aż warzywa będą miękkie, a mięso będzie odchodzić od kości
- z wywaru wyciągnąć włoszczyznę, lubczyk i mięso
- z zakwasu usunąć liście laurowe, ziele angielskie i czosnek
- boczek pokroić w plastry i odcedzić grzyby
- wlać zakwas do wywaru, dodać wędzony boczek oraz grzyby i dalej gotować na małym ogniu, aż boczek i grzyby będą miękkie

Żeberka z gotowania wywaru można doprawić i upiec.