



przepisy.pl

Żur, czyli barszcz owsiany



Składniki:

- mąka owsiana - 1 sztuka
- woda letnia - 1000 mililitrów
- chleb żytni, czerstwy - 1 sztuka

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)

 30 minut  6 osób  Łatwe

Sposób przygotowania:

1. Garnek do żuru (kamienny lub gliniany) ma być wymyty i wyparzony.
2. Mąkę owsianą wsyp do garnka, wlej litr letniej wody przegotowanej, zamieszaj sterylizowaną łyżką i włóż rozdrobioną kromkę żytniego chleba razowego (najlepiej pieczonego na kwasie).
3. Garnek przykryj płótnem, zabezpiecz i umieść go w ciepłym miejscu w temp. 30 stopni C - ustawwszy pochyło (z jednej strony coś podłóż).
4. W ciągu trzech dni barszcz powinien już ukisnąć; można to poznać po miłym zapachu i smacznym kwasu.
5. Żur do użytku przecedź, odkładając ości (z owsa) na czysty talerz (sterylizowany).
6. Na nowy barszcz użyj tylko połowę pozostałych ości, jako zaczynu, dodaj 1/2 litra owsianej mąki i postępuj jak wyżej.
7. Taki żur na ościach kwaśnieje już w pierwszej dobie.
8. Od czasu do czasu robi się żur ze świeżej mąki, wedle przepisu wyżej podanego, bo często powtarzany ze starych ości może się zepsuć.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl